

الاختبار ١

السؤال الأول ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١) تتم إضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج. (   )

٢) يجب ارتداء القُفَّازات عند صناعة الشراب لحمايته من التلوث. (   )

٣) اللبن من المنتجات التي يصعب غشها. (   )

٤) نستخدم حقيبة الإسعافات الأوَّليَّة عند الإصابة بالجروح الطفيفة. (   )

٥) لا بُدَّ من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. (   )

السؤال الثاني اختر الإجابة الصحيحة مِمَّا يلي:

١) لإزالة الرطوبة من الأطعمة نقوم بعملية ....

أ الطهي ب الغلي ج التجفيف د السلق

٢) الشراب .... يُعصَر من الفاكهة مباشرة.

أ الطبيعي الطازج ب الطبيعي المعلَّب ج الصناعي د الفاسد

٣) نستخدم وضعية الإفاقة إذا كان المصاب .... ولكن يستطيع التنفس.

أ مكسور الذراع ب مصابًا بجروح ج مصابًا بنزيف د فاقدًا للوعي

٤) يُصنع العديد من المُنتَجات مثل الجُبن من ....

أ اللبن ب الخضار ج اللحوم د البقوليات

٥) يجب .... العصير لقتل الميكروبات.

أ تجميد ب تبريد ج تسخين د شُرب

٦) يجب ارتداء نظَّارات واقية عند الطلاء لتجنُّب .... المتناثرة.

أ نشارة الخشب ب السوائل والألوان ج الأبخرة د الأتربة

٧) المُنتَج الغذائي يكون .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقَّاعات.

أ غير صحِّي ب صحِّيًّا ج نظيفًا د طازجًا

٨) يجب استدعاء سيارة .... عند إصابة شخص بإصابة خطيرة.

أ الشرطة ب المطافئ ج الإسعاف د النقل

٩) تتم معالجة العصير الطبيعي والشراب الطبيعي في ....

أ النوادي ب المدارس ج المسارح د المصانع

١٠) يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتى ....

أ يتبخَّر ب ينضج ج يتخثَّر د يبرد





السؤال الأول ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١ يجب حماية العين من تطاير النشارة عند التعامل مع الخشب بارتداء النظّارات الواقية. (   )

٢ بعد نزع المادة الدهنية من اللبن يُغش ويُعدَّل قوامه بإضافة النشا. (   )

٣ النكهات الصناعية أغلى ثمنًا من العصير الطبيعي. (   )

٤ تُستخدم حقيبة الإسعافات الأَوَّليَّة لعلاج الإصابات الخطيرة. (   )

٥ يمكن استخدام حمض الكبريتيك كمادة حافظة للأطعمة. (   )

السؤال الثاني اختر الإجابة الصحيحة مِمَّا يلي:

١ الميكروبات الموجودة في الزجاجات تتسبب في .... المشروبات وفسادها.

أ تبخُّر ب غليان ج عصر د تخمُّر

٢ للسلامة عند تقطيع الخشب يجب إبعاد اليد عن ....

أ الخشب ب الشفرة ج المسمار د الأسلاك

٣ يجب التأكد من .... للتأكد من أن اللبن سليم وطازج.

أ اسم المنتج ب تاريخ الصلاحية ج لون العبوة د سعر العبوة

٤ يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة .... عند إصابة شخص إصابة خطيرة.

أ الإسعاف ب المطافئ ج الشرطة د الأجرة

٥ مذاق الشراب .... كمذاق الفاكهة المصنوع منها ولكنه ليس طازجًا.

أ المُركَّز ب الصناعي ج الطبيعي المعلَّب د الطبيعي الطازج

٦ تزيل عملية التجفيف .... من الأطعمة.

أ الأملاح ب السُّكَّريات ج الرطوبة د البكتيريا

٧ عند تحضير الشراب الطبيعي المُعلَّب يجب أولاً .... الفاكهة.

أ هرس ب تخزين ج تسخين د غسل

٨ يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية لكنها ضارة.

أ الفورمالين ب الماء ج الليمون د النشا

٩ يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء.

أ مظلمة ب مغلقة ج مفتوحة د مغطاة

١٠ أولى مراحل تصنيع الشراب الطبيعي هي .... الفاكهة.

أ عصر ب زراعة ج حصاد د طهي





السؤال الأول ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١) التخطيط للتدخل هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأَوَّليَّة للشخص المصاب. ( )
٢) الرائحة الحادة بالطعام المُعلَّب تدل على أنه صحِّي. ( )
٣) ظهور الرواسب المتجبِّنة بعد غلي اللبن دليل على أن اللبن طازج. ( )
٤) عند استخدام الشاكوش يجب أن نحرص على عدم إيذاء أيدينا. ( )
٥) نجد قطع الفاكهة في الشراب الصناعي. ( )

السؤال الثاني اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١) لإزالة اللب والقشر والبذور من العصير نقوم بـ ....
أ تصفيته ب غليه ج غسله د هرسه

٢) وضعية الإفاقة تساعد الشخص إذا كان فاقدًا للوعي ولكنه ....
أ مصاب بجروح ب يتنفس ج يتحدث د مصاب بكسور

٣) يتم استخدام حمض .... كمادة حافظة للطعام.
أ الهيدروليك ب النيتريك ج النيتريت د الفورميك

٤) النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من الشراب ....
أ الصناعي ب المُركَّز ج الطبيعي د الغازي

٥) للكشف عن غش اللبن بالنشا نضيف له قطرات من ....
أ اليود ب الملح ج حمض الكبريتيك د الماء المثلَّج

٦) للحفاظ على السلامة أثناء الطلاء نستعين بشخص آخر إذا كانت الأدوات ....
أ خفيفة ب ثقيلة ج ليِّنة د صلبة

٧) يُضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع المواد .... منه.
أ البروتينية ب السكَّرية ج النشوية د الدهنية

٨) يتكوَّن الشراب الصناعي من ماء وسكَّر و............ .
أ فاكهة ب بذور ج مواد حافظة د عصير طبيعي

٩) يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصنع للتحقق من سلامة المُنتَج الغذائي.
أ حماية المستهلك ب البيئة ج الشرطة د التنظيم والإدارة

١٠) نستخدم .... لتهوية الغرفة عند الطلاء.
أ التكييف ب المروحة ج الفرن د السخان





السؤال الأول ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١ يُستخدم حمض الستريك كمادة حافظة للطعام. ( )
٢ ارتداء نظّارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. ( )
٣ تنظيف الجرح من أساسيات وقف النزيف. ( )
٤ إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي أمر غير ضروري. ( )
٥ تُصنع النكهات الصناعية من مواد كيميائية موجودة في الزهور. ( )

السؤال الثاني اختر الإجابة الصحيحة مِمَّا يلي:

١ يتم غش اللبن عن طريق إضافة .... وهو ليس بالأمر الخطير على الصحَّة.
أ الكيماويات ب السكَّر ج الفورمالين د الماء

٢ يُعدُّ التمليح أحد طُرق حفظ ....
أ الورق ب الطعام ج الكُتب د الحلوى

٣ يجب الحذر من تطاير النشارة عند القيام بأعمال ....
أ الحدادة ب السباكة ج النجارة د الكهرباء

٤ للمساعدة في حالة الجروح الخطيرة نتصل برقم ....
أ ١٢٢ ب ١٢٣ ج ١٢٥ د ٩١١

٥ الشراب .... مصنوع من عصير الفاكهة ويحتوي على أجزاء منها.
أ المُركَّز ب الطبيعي الطازج ج الصناعي د الطبيعي المُعلَّب

٦ عند إضافة .... إلى الشراب لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.
أ السكَّر ب الفاكهة ج نكهة الفاكهة د المادة الحافظة

٧ للحفاظ على اللبن طازجًا يتم إضافة .... وهو مادة حافظة قوية وضارة.
أ الثلج ب النشا ج الفورمالين د الزبادي

٨ عملية تجفيف الطعام تحتاج إلى درجة حرارة ....
أ منخفضة ب باردة ج معتدلة د عالية

٩ إضافة .... للشراب تعمل على إطالة فترة صلاحيته.
أ الملح ب المواد الحافظة ج نكهات الفاكهة د الماء

١٠ الدليل على عدم سلامة الطعام عند شرائه هو ....
أ طعمه الجيد ب لونه الرائع ج رائحته الحادة د رائحته الجميلة





السؤال الأول ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١) نحصل على اللبن من الأبقار والجاموس فقط. ( )
٢) الشراب الطبيعي الطازج معصور مباشرة من الفاكهة. ( )
٣) يجب الحرص على تهوية المكان عند طلائه. ( )
٤) عملية تعقيم الزجاجات عند تصنيع الشراب تتم يدويًّا. ( )
٥) تستخدم معامل التصنيع بعض المواد الحافظة لتحسين مذاق المنتج. ( )

السؤال الثاني اختر الإجابة الصحيحة مِمَّا يلي:

١) تُعتبَر النكهات الصناعية .... من العصير الطبيعي.
أ أغلى ثمنًا　ب أرخص ثمنًا　ج أكثر فائدة　د أفضل مذاقًا

٢) الخطوة الأخيرة في عملية تحضير الشراب الصناعي هي ....
أ عصر الفاكهة　ب التسخين　ج غسل الفاكهة　د التعبئة

٣) اللبن من المنتجات التي ....
أ يصعب غشها　ب يصعب استخدامها　ج يستحيل تعبئتها　د يسهل غشها

٤) يُعتبَر .... الخطوة الأخيرة من خطوات تقديم الإسعافات الأوَّليَّة.
أ تقييم الوضع　ب التخطيط للتدخُّل
ج تقدير الوضع　د تقديم الإسعافات الأوَّليَّة

٥) يُعتبَر .... من المواد الحافظة للطعام.
أ الحديد　ب حمض النيتريك　ج الفوسفات　د حمض الكبريتيك

٦) يُصنَع .... من اللبن.
أ الملح　ب السكر　ج الجُبن　د الماء

٧) إضافة المواد الحافظة للشراب تعمل على ....
أ تنظيفه　ب حفظه　ج تعقيمه　د تلوُّثه

٨) عند صنع الشراب بالمنزل نضيف للعصير ....
أ حمض الكبريتيك　ب الماء　ج النكهة الصناعية　د الألوان

٩) لاستدعاء سيارة الإسعاف، يجب الاتصال بالرقم ....
أ ١٢٣　ب ١٢٢　ج ١٢٥　د ١٣٠

١٠) يجب استخدام النظَّارات الواقية عند القيام بـ ....
أ أعمال النظافة　ب الطهي　ج المذاكرة　د أعمال النجارة



إجابة الاختبار ١

السؤال الأول:

١ ✗ ٢ ✔ ٣ ✗ ٤ ✔ ٥ ✔

السؤال الثاني:

١ التجفيف ٢ الطبيعي الطازج ٣ فاقدًا للوعي ٤ اللبن

٥ تسخين ٦ السوائل والألوان ٧ غير صحّي ٨ الإسعاف

٩ المصانع ١٠ يتخثّر

إجابة الاختبار ٢

السؤال الأول:

١ ✔ ٢ ✔ ٣ ✗ ٤ ✗ ٥ ✔

السؤال الثاني:

١ تخمُّر ٢ الشفرة ٣ تاريخ الصلاحية ٤ الإسعاف

٥ الطبيعي المعلَّب ٦ الرطوبة ٧ غسل ٨ الفورمالين

٩ مفتوحة ١٠ زراعة

إجابة الاختبار ٣

السؤال الأول:

١ ✗ ٢ ✗ ٣ ✗ ٤ ✔ ٥ ✗

السؤال الثاني:

١ تصفيته ٢ يتنفس ٣ النيتريت ٤ الطبيعي

٥ اليود ٦ ثقيلة ٧ الدهنية ٨ مواد حافظة

٩ حماية المستهلك ١٠ المروحة





إجابة الاختبار ٤

السؤال الأول:

١ ✔   ٢ ✔   ٣ ✔   ٤ ✘   ٥ ✔

السؤال الثاني:

١ الماء
٢ الطعام
٣ النجارة
٤ ١٢٣
٥ الطبيعي الطازج
٦ السكَّر
٧ الفورمالين
٨ عالية
٩ المواد الحافظة
١٠ رائحته الحادة

إجابة الاختبار ٥

السؤال الأول:

١ ✘   ٢ ✔   ٣ ✔   ٤ ✘   ٥ ✘

السؤال الثاني:

١ أرخص ثمنًا
٢ التعبئة
٣ يسهل غشها
٤ تقديم الإسعافات الأوَّليَّة
٥ حمض الكبريتيك
٦ الجُبن
٧ حفظه
٨ الماء
٩ ١٢٣
١٠ أعمال النجارة



الموضوع الخامس جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

خطوات أعداد وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب



- أولا، تغسل الفاكهة جيدا .
- ترسل الفاكهة عبر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس هذه الفاكهة .
- تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور
- يختبر العمال جودة العصير .
- يسخن العصير لقتل الميكروبات .
- يذهب العصير النقي إلى مرحلة التعبئة، ويُضاف إليه الماء والسكر.
- يخلط السكر بينما يكون السائل ساخنًا حتّى لا يفصل فيما بعد .

خطوات إعداد وتجهيز الشراب الصناعي

- تخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر لصنع الشراب، ثم يخلط الشراب بالماء .
- تعبّأ المشروبات في زجاجات. بحيث:

تعقم إحدى الآلات الزجاجات لقتل الميكروبات	تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك لتُملأ	تنتقل الزجاجات المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنب التلوث

لاحظ :

- يمكن إضافة مكونات أخرى إلى العصير؛ فعلى سبيل المثال، إضافة المادة الحافظة التي تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب .
- من الضروري الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا؛ فقد تتسبّب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها.

عمال مصنع المشروبات واحتياطات السلامة



- يرتدون غطاء الشعر وقفازات لحمايتهم و حماية المنتج من التلوث .
- لتجنب الحوادث يتعلموا كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح
- يقوموا بتنظيف العصير المنسكب علي الأرض بسرعة ، ولا يتركوا أشياءً علي الأرض حتي لا يتعثر بها أحد .
- يحرصوا علي تجنب الحروق عند استخدام الحرارة العالية .



الموضوع السادس — اللبـــــــن

أهميـة اللبن

- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي .
- نستهلك اللبن كسوائل و يدخل في أنواع كثيرة من المشروبات المصنّعة ويُصنَّع منه الزبادي والجبن .
- يحتوي اللبن على نسبة عالية من :



العناصر الغذائية: البروتينات – الدهون – الكربوهيدرات – الفيتامينات – الاملاح المعدنية

مصادر الالبان عـــــادة ما يأتي اللبن من :

الأبقار – الجاموس – الماعز – الأغنام – الإبل – حيوانات أخري

- تعد مصر أحد أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم .

الألبان المغشوشة

اللبن من المنتجات التي يسهل التلاعب فيها؛ حيث يمكن للبائعين عديمي الأخلاق وضع إضافات خطرة جدا في اللبن بغرض : - زيادة كميته . أو - ليبدو اللبن طازجًا .

لاحظ : تضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب الأولاد مشروبات اللبن المختلفة .

<u>يصبح اللبن مغشوشاً عند إضافة :</u>

الماء	الفورمالين	مادة النشا
وهذا لا يعدّ أمرا خطرا، لكنّك تدفع كثيرًا من المال مقابل القليل من اللبن .	يحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج؛ ومع ذلك، فهو مادة حافظة قوية قد تكون ضارة	تضاف لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية .

هل اللبن الذي تتناوله سليم؟

- اِنتبه إلى طعم ورائحة اللبن للتأكد من أنّه طازج وصحي و تحقق من تواريخ انتهاء الصلاحية .
- يمكنك كذلك اختبار اللبن عن طريق غلي عينه من اللبن علي نار هادئة لمدة 15 دقيقة حتي يتخثر ولاحظه جيداً :
  - اذا وجدت رواسب متجمدة ← هذا يعني أن اللبن غير طازج
  - اذا كانت الرواسب دهنية ← هذا يعني أن نوعية اللبن جيدة
- للتحقق من وجود فورمالين في اللبن يمكن إضافة قطرات من حمض الكبريتيك الي اللبن فاذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية، فهذا يعني أنّه يحتوي على مادة الفورمالين .
- للتحقق من وجود مادة النشا في اللبن نضف قطرات من اليود الي اللبن فاذا تحول إلى اللون الأزرق يكون فاسدا ومغشوشا، أما إذا ظل أبيض، فلا توجد فيه مادة النشا .



الموضوع السابع سلامة الطعام وحفظه

حفظ الطعام بشكل سليم

هناك طرق عديدة لحفظ الطعام بشكل سليم يتم اتباعها في المصانع والمنازل أيضًا ومن ضمنها :

التجفيف - التجميد - البسترة - التمليح - التعليب

ولجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول تضيف معامل التصنيع ايضاً مواد حافظة مثل :

- حمض الستريك - حمض الاسكوربيك - النتريت - الكبريتيك

خطورة حفظ الطعام بشكل خاطئ



في حالة حدوث أخطاء في طريقة حفظ الطعام فإنها قد تتسبب في نمو البكتيريا أو العفن في الطعام ما يؤدي إلى إصابة الناس بالمرض .

ممارسات لسلامة الغذاء

- في بعض الأحيان قد تشتري منتجا وتجد السائل الموجود فيه يحتوي على الفقاعات ورائحته حادة. علي الرغم من أن تاريخ انتهاء الصلاحية المدون على العلبة لم يمر .
- في هذه الحالة عليك التوجه الي المتجر الذي اشتريت من المنتج لإعادته واذا استمرت المشكلة عليك الاتصال بجهاز حماية المستهلك لتقديم شكوي .
- سيرسل جهاز حماية المستهلك مفتّشين إلى المصنع لمعرفة ما حدث، وللتأكد من صحة تاريخ الصلاحية وتوقيع عقوبة مناسبة على المصنع لعدم تكرار مثل هذا الموقف مرة أخري .



تاريخ انتهاء الصلاحية : هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج. وبعد هذا التاريخ، لا يمكن ضمان سلامة المنتج وجودته .

كيف تتواصل مع جهاز حماية المستهلك ؟

في حالة وجود أي شكوي بشأن سلامة أي منتج غذائي عليك ان تتواصل مع جهاز حماية المستهلك علي الخط الساخن : 19588 (منطقة القاهرة الكبرى والإسكندرية) أو عن طريق الموقع الالكتروني : www.cpa.gov.eg أو عن طريق البريد الالكتروني : info@cpa.gov.eg .

بعض الطرق الشائعة لحفظ الطعام



المخللات السريعة:

- يستخدم في تخليلها الملح والخل فقط لحفظ الخضراوات،
- هذا النوع من المخللات يمكن أن يكون جاهز الأكل في غضون بضع ساعات .
- تستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة .

إرشادات السلامة:

1 - اغسل يديك والخضراوات جيدا.

2 - كن حذرا عند استخدام سكين حاد ضع إحدى يديك على المقبض والأخرى فوق نصل السكين

3 - لا تترك البرطمانات خارج الثلاجة لأكثر من ساعة .

التجفيف



يزيل التجفيف الرطوبة من الأطعمة بحيث لا ينمو عليها أي من العفن أو البكتيريا .

طرق التجفيف المنزلية الشائعة هي :

- **التجفيف باستخدام الهواء في الداخل**
- **التجفيف في الشمس خارجا**
- **التجفيف باستخدام الفرن**

تتطلب جميع أشكال التجفيف مزيجا من الرطوبة المنخفضة، ودرجات الحرارة المرتفعة، ودوران الهواء لإزالة الرطوبة مع تجنّب تلف الأطعمة أو فسادها .

إرشادات السلامة



1- التجفيف باستخدام الهواء في الداخل :

- اِغسل الفواكه أو الخضراوات أو الأعشاب وصفها جيدا من الماء قبل تجفيفها.
- جفف بعض الخضراوات والفطر والفلفل الحار بالهواء في الداخل لأنّها الطريقة الأمثل.
- يجب أن تتم عملية التجفيف بالهواء في مكان دافئ وجاف .
- يجب أن تعلق الأطعمة بخيط أو توضع على رفوف لتتعرض لدوران الهواء وتجفف

2 - التجفيف في الشمس خارجاً

- جفف الفواكه (بما في ذلك الطماطم) في الشمس، لأنّها الطريقة الأمثل. وبما أنّها تحتوي على نسبة عالية من الأحماض والسكريات، فهذا يحميها من التلف. ويمكن تجفيف الفاصولياء بالطريقة نفسها .
- يجب أن توضع الفواكه وبعض الأعشاب الطبية في الشمس طوال اليوم لتجفيفها على فرش أو مسطح من الخشب أو من الإستنلس أو من البلاستيك .



- يفضل أن تتم عملية التجفيف هذه في الأيّام الحارة والجافة. وأثناء الليل يجب أن تتم تغطيتها ووضعها في الداخل .

2- التجفيف باستخدام الفرن

- يمكن تجفيف معظم الأطعمة في الفرن.
- يجب أن تتم عملية التجفيف في الفرن على درجة حرارة تتراوح بين 57 الي 92 درجة مئوية مع فتح باب الفرن أو تشغيل المروحة (في الفرن الحراري) لعدة ساعات، وذلك لأن درجات الحرارة المرتفعة جدًا قد تؤدي إلى طهو الطعام بدلا من تجفيفه .

الموضوع الثامن تفادي المخاطر أثناء العمل

يستخدم الحرفيون الآلات الثقيلة ويتعاملون مع الأدوات الكهربائية ؛ لذلك فهم معرضين للإصابة لذلك من الضروري اتباع ارشادات السلامة اثناء استخدام تلك الأدوات

احتياطات السلامة الواجب اتباعها عند القيام بأعمال النجارة والطلاء



1 – ارتداء نظارات واقية للعين

- يجب ارتداء دائما نظارات السلامة وحماية الأعين عند التعامل مع الخشب؛ لأنّه يمكن أن تتطاير نشارة الخشب وغيرها من البقايا في كل مكان.
- يجب ارتداء هذه النظارات أيضا عند طلاء أي شيء تجنبا لأي سوائل أو ألوان متناثرة .



2 – ابقاء اليدين بعيدة عن الشفرات أو الحواف الحادة

- يجب عدم وضع الايدي بالقرب من شفرة أو ريشة المثقب.
- عند قطع الخشب أو ثقبه، تستخدم المسامير لتثبيت المواد على طاولة.
- عندما لا تتوافر المسامير، تمسك الاعمال بثبات مع إبقاء الايدي بعيدة عن الأجزاء الحادة.
- إذا كانت الأدوات ثقيلة، يفضل طلب المساعدة من شخص بالغ .

3 – استخدام الشاكوش بتأن

- يجب الحذر عند استخدام الشاكوش.
- عند دق المسمار في البداية يتم دق المسمار دقاً خفيفًا جدا ، ثم يدق باقي المسمار واليد بعيدة .
- يجب إلا يحرك الشاكوش إلى أعلى أو إلى أسفل حتى لا تصاب اليد أو الوجه .



4 – الحذر عند استخدام الأدوات الكهربائية

- يجب الحذر دائما عند استخدام الأدوات الكهربائية مثل : المثاقب وأدوات الصنفرة ولا نستخدمها بالقرب من الماء.
- قبل تغيير ريشة المثقب أو ورقة الصنفرة يجب التأكد من أن الأدوات غير موصولة بالكهرباء و أن السلك الكهربائي لا يمتد عبر ممر .



5 – الحرص علي تهوية مكان العمل :

عند القيام بأعمال الطلاء أو استخدام مزيل الطلاء أو الغراء القوي، احرص على فتح النوافذ و ضع مروحة لتهوية الغرفة، فربما تتسبب الأبخرة المتصاعدة من الطلاء في أضرار للصحة .



الموضوع التاسع الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ

الخطوات اللازمة لتقديم الإسعافات الأولية

1 – تقييم الوضع

تحقق من نوع الإصابة التي أُصيب بها الشخص. هل هو في وعيه ويستجيب؟ هل يتنفس؟ هل ينزف؟ هل حالته تسمح بتقديم المساعدة له؟

2 – التخطيط للتدخل

إذا كانت الإصابة خطرة، اتصل بالرقم 123لاستدعاء سيّارة الإسعاف، وخطط لكيفية المساعدة حتّى يصل المسعفون .

3 – تقدير الوضع

أعد فحص الشخص ، هل هناك حاجة الي مزيد من الإجراءات والتدابير ؟

4 – تقديم الإسعافات الأولية

عالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية .

خطوات إيقاف النزيف عند حدوثه




١ اضغط بقوة علي الجرح بقطعة قماش نظيف



٢ ارفع الطرف المجروح الي اعلي فوق القلب



٣ نظف الجرح



٤ ضمد الجرح

وضعية الافاقة

اذا كان الشخص فاقداً للوعي ولكنه يتنفس ، فإن هذه الوضعية تساعده علي التنفس حتي وصول المسعفين .



١ ضع ذراعه التي هي أقرب إليك على شكل زاوية قائمة .



٢ اِثن الركبة والذراع البعيدتَين عنك، وضع يده الأخرى على خده المعاكس.



٣ استخدم الركبة البعيدة عنك لتدوير المصاب في اتّجاهك مع دعم رأسه باستخدام يدك الأخرى، فالركبة المثنية تمنع الجسم من التدحرج .



٤ قم بإمالة الرأس بلطف قليلا إلى الخلف، وارفع الذقن لفتح مجرى الهواء، واستمر في جس نبضه وتنفسه حتّى وصول المساعدة .



الموضوع العاشر شخصيات مصرية مؤثــرة

الدكتور / محمد أحمد غنيـم

مولده

ولد الدكتور محمد أحمد غنيم في 17مارس 1939وكان متفوقا في دراسته وأحب دراسة الطب .

أعماله أهم إنجازاته

- تخرجه عام 1960 من كلية الطب في جامعة القاهرة .
- درس الجراحة بالإضافة إلى جراحة المسالك البولية، وهي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي.
- تلقى التدريب في الجراحة العامة وجراحة المسالك البولية في مستشفيات جامعة القاهرة.
- قرر أن يوسع نطاق معرفته وخبرته من خلال الدراسة والعمل في مراكز طبية وجامعات مختلفة في المملكة المتحدة، والولايات المتّحدة الأمريكية، وكندا .
- وعندما عاد إلى مصر، عمل أستاذًا في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة.

مركز أمراض الكلي والمسالك البولية UNC

- قام بتأسيسه في عام 1983 في جامعة المنصورة، وهو أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى.
- قدم المركز، بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية، خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضى. بالإضافة إلى ذلك، يقدم المركز التعليم المتخصص والتدريب العلمي للممرضين والأطباء على الصعيد المحل والعالمي.
- استمر الدكتور غنيم في دراسة جراحة المسالك البولية، وأجرى بحوثًا متقدمة في العلوم الجراحية. وقد قدم العديد من الأساليب الجراحية الحديثة، وقام بنشر عدة كتب علمية ومئات من المقالات على الصعيد المحل والعالمي .
- قام بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976 .
- أجرى مؤخرا بحوثا علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية(و هي نوع من الخلايا التي تنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكلى) .
- عضو في العديد من الجمعيات الطبّية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجمعية جراحة الأورام بأمريكا.

الجوائز التي حصل عليها

- حصل على درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة غوتنبرغ في السويد .
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبّية، في مصر عام 1997 .
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام 1992 م .
- جائزة الملك فيصل العالمية عام 1999م . - وجائزة مبارك في مجال الطب عام 2001 م .



الموضوع الحـــادي عشر المستكشف النشط

السيدة / لويز إيمانويل مابولو

من هي ؟



- طاهية ومزارعة ورائدة أعمال.
- درست التنمية الاقتصادية وريادة الأعمال الاجتماعية في جامعة براون بالولايات المتحدة الأمريكية. و بصفتها طاهية، فإنها تستضيف فعاليات مختصة بعملية الطهي والتي تتميز بطعام صحي ولذيذ.
- هدفها تثقيف الناس فيما يتعلق بالطهي من خلال استخدام جميع المكونات الطازجة والمغذية والطبيعية .
- تحرص علي استخدام المكونات الطازجة اثناء اعدادها الطعام ، كما تفضل الحصول علي مكونات طعامها من المنتجات المحلية فهذا يضمن لها اكتساب مكونات طازجة ويساعد في دعم الاقتصاد المحلي .

مشروع الكاكاو بالفليين



- أسست السيّدة مابولو مشروع الكاكاو في الفلبين .

<u>أهداف المشروع</u>

1. مساعدة المزارع علي ان يشعروا بالأمان من الناحية المالية .
2. ضمان وجود غذاء كاف للسكان في المستقبل .

- استطاعت السيد مابولو تعليم المزارعين كيفية زراعة النباتات التي لا يمكنها تحمل التغيرات المناخية والكوارث الطبيعية .
- زودت المزارعين بشتلات الكاكاو وشجعتهم علي زراعة البامية واليقطين للحفاظ علي خصوبة التربة .
- ساعد مشروع الكاكاو 200 مزارع علي زراعة ثمانين ألف شجرة .
- حصلت السيدة مابولو علي جائزة " ابطال الأرض الشباب " في إطار برنامج الأمم المتحدة للبيئة .
- مُنحت لقب " أفضل مزارع شاب " لعام 2018 .

النظـام الغذائي الصحي

يعد الأكل الصحي أمرا مهما جدًا لصحة الإنسان ، يشمل النظام الغذائي الصحي :

- تقليل معدل استهلاك الملح ، لأن الافراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم وامراض القلب والسكتة الدماغية .
- تقليل تناول السكر حيث ان كثرة تناوله تزيد من فرص الإصابة بمرض السكري .
- كثرة استخدام الدهون مثل الزبدة والسمن مضر لصحتنا ويمكن ان يؤدي الي امراض القلب والسكتة الدماغية
- عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية يؤدي الي سوء التغذية في حين ان الافراط في تناول الطعام يؤدي الي زيادة الوزن والسمنة .



فوائد اتباع نظام غذائي صحي

- يقي من العديد من الأمراض .
- يوفر الطاقة التي نحتاج اليها .

لذلك يجب علينا الاهتمام بالنشاط البدني (ممارسة الرياضة) حيث :

- يحتاج الأطفال الي ممارسة الرياضة لمدة ساعة يومياً .
- يحتاج البالغون الي ممارسة الرياضة لمدة نصف ساعة يومياً .



الأمن الغذائي المصري

إن تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان؛ ولهذا تعمل مصر على زيادة مساحة الأراضي المزروعة لأنه :

- مهم جدا للاقتصاد .
- يخفض ما تحتاج مصر إلى استيراده .
- يساعد البيئة لأن استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام الوقود الأحفوري، و غازات الاحتباس الحراري .







السؤال الأول اختر الاجابة الصحيحة

١) عند تجهيز .... تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور

أ) الشراب الصناعي ب) الشراب الطبيعي ج) أ ، ب معًا

٢) ....من أهدافه ضمان وجود غذاء كاف لسكان الفلبين لسنوات مقبلة .

أ) مشروع الكاكو ب) مشروع حياة كريمة ج) مشروع ابني بيتك

٣) في .... يُضاف إلي العصير الماء والسكر.

أ) مرحلة التعبئة ب) مرحلة الاختبار ج) مرحلة العصر

٤) الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ) امراض السكر ب) امراض القلب ج) امراض العظام

٥) تنتقل زجاجات العصير المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنب ....

أ) التلف ب) التلوث ج) السرقة

٦) ....هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ) جراحة المسالك البولية ب) جراحة القلب ج) جراحة الكبد

٧) يساعد .... على النمو وحماية جهازنا المناعي

أ) اللبن ب) العصير الصناعي ج) المشروبات الغازية

٨) تمنع .... الجسم من التدحرج اثناء افاقة المريض

أ) الركبة المثنية ب) الركبة المفرودة ج) الركبة المكسورة

٩) يُصنع من اللبن منتجات عدة ومنها :

أ) الزبادي ب) الجبن ج) أ ، ب معًا

١٠) في خطوة .... أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟

أ) تقدير الوضع ب) تقييم الوضع ج) التخطيط للتدخل

١١) إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء بعد إضافة قطرات من حمض الكبريتيك، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة

أ) الفورمالين ب) الماء ج) النشا

١٢) يجب أن ترتدي .... السلامة لحماية الأعين عند تقطيع الاخشاب

أ) نظارات ب) سترة ج) حذاء

١٣ تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل ....

أ) التجفيف والتجميد ب) البسترة والتعليب ج) أ ، ب معًا

١٤ ....تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول .

أ) المواد الحافظة ب) النكهات ج) السكر

١٥ مُنحت السيدة / .... لقب " أفضل مزارع شاب " لعام 2018 .

أ) إيمانويل مابولو ب) نيروبا راو ج) لينا البرت

١٦ ....مادة حافظة قوية تحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج ولكنها قد تكون ضارة.

أ) الفورمالين ب) الماء ج) النشا

١٧ يفضل .... النوافذ عند القيام بأعمال الطلاء .

أ) غلق ب) فتح ج) أ ، ب معًا

١٨ يحتوي اللبن على نسبة عالية من ....

أ) العناصر الغذائية والدهون ب) البروتين والفيتامينات ج) أ ، ب معًا

١٩ يمكنك معالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية في مرحلة ......

أ) تقدير الوضع ب) تقييم الوضع ج) تقديم الإسعافات الأولية

٢٠ العمال يرتدون .... لحماية المنتجات من التلوث .

أ) غطاء الشعر ب) قفازات ج) أ،ب معًا

٢١ اذا كان المصاب فاقداً للوعي استمر في .... المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .

أ) قياس الحرارة ب) الضغط على الجرح ج) جس نبض

٢٢ ....تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.

أ) المادة الحافظة ب) النكهة ج) البكتريا

٢٣ حصل .... على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام 1997.

أ) دكتور محمد غنيم ب) دكتور مجدي يعقوب ج) دكتور مصطفى السيد

٢٤ يُسخن العصير الطبيعي عند تعليبه ....

أ) لتقليل الميكروبات ب) لقتل الميكروبات ج) لحفظ البكتريا

٢٥ يحتاج .... إلى ممارسة الرياضة لمدة نصف ساعة يوميا

أ) الشباب ب) البالغون ج) الأطفال

٢٦ أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب هي ....

أ) غسل الفاكهة جيدا ب) هرس الفاكهة ج) تسخين العصير

٢٧ في مصر يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع عن طريق ....

أ) الهيئة القومية للبريد ب) هيئة التأمين الصحي ج) الهيئة القومية لسلامة الغذاء

٢٨ اولى الخطوات التي يجب القيام به في حالة الطوارئ الصحية

أ) تقدير الوضع ب) تقييم الوضع ج) التخطيط للتدخل

٢٩ قام دكتور غنيم 1983 بتأسيس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC في .... ،

أ) جامعة القاهرة ب) جامعة عين شمس ج) جامعة المنصورة

٣٠ كثرة استخدام .... مضر لصحتنا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب .

أ) الالبان ب) الدهون ج) الدواجن

٣١ عند اعداد ....تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر.

أ) الشراب الصناعي ب) الشراب الطبيعي ج) أ ، ب معًا

٣٢ عند تصنيع العصير يُخلط السكر بينما يكون السائل .... حتى لا يفصل فيما بعد

أ) بارد ب) متجمد ج) ساخنا

٣٣ تتسبب .... الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها .

أ) المادة الحافظة ب) النكهة ج) الميكروبات

٣٤ تُضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب .... مشروبات اللبن المختلفة

أ) الأطفال ب) البالغين ج) كبار السن

٣٥ ....لا يُعد إضافته للبن أمرا خطرا، لكنك تدفع كثيرا من المال مقابل القليل من اللبن.

أ) الفورمالين ب) الماء ج) النشا

٣٦ اللبن من المنتجات الي .... غشها

أ) يصعب ب) يسهل ج) يستحيل

٣٧ ....هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج

أ) تاريخ انتهاء الصلاحية ب) تاريخ التصنيع ج) تاريخ الفرز

٣٨ جميع اشكال التجفيف تحتاج الي درجة حرارة ....

أ) مرتفعة ب) منخفضة ج) معتدلة

٣٩ الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة من خطوات ....

أ) علاج المرض ب) إيقاف النزيف ج) افاقة المريض

٤٠ من طرق غش اللبن إضافة .... لتعديل قوامه ليصبح متجانساً

أ) الفيتامين ب) النشا ج) الماء

السؤال الثاني ضع علامة صح او خطأ امام العبارات التالية

١) عند تجهيز الشراب الصناعي يتم تصفيه العصير لإزالة اللب والقشرة والبذور. (   )

٢) لا توجد قوانين او معايير تقوم بتنظيم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات . (   )



٣) يتم تعقيم زجاجات العصير قبل تعبئتها لقتل الميكروبات . ( )
٤) الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة. ( )
٥) قبل القيام بعملية تصنيع العصير يجب غسل الفاكهة جيداً . ( )
٦) الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم . ( )
٧) ليس من الضروري تسخين العصير عند القيام بتحضير الشراب الطبيعي المعلب . ( )
٨) يعد مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى. ( )
٩) يجب علي العمال الحرص عند التعامل مع الحرارة العالية لتجنب الحروق. ( )
١٠) اذا فقد احد الأشخاص وعيه فعليك الابتعاد عنه وتجنب مساعدته . ( )
١١) لا يحتوي اللبن على كربوهيدرات أو أملاح معدنية. ( )
١٢) يتم رفع الذقن لفتح مجرى الهواء للمريض اثناء عملية الافاقة. ( )
١٣) الفورمالين يعتبر مادة حافظة قوية ولكنها ضارة . ( )
١٤) لتجنب الإصابة يجب عليك استخدم أدوات النجارة بحرص. ( )
١٥) يضاف الفورمالين لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية. ( )
١٦) عند تغيير ريشة المثقب لابد من التأكد من الأدوات غير موصلة بالكهرباء . ( )
١٧) قد يتسبب حفظ الأطعمة بشكل خاطئ في نمو البكتيريا أو العفن فيها. ( )
١٨) ليس من الضروري استخدام النظارات الواقية عند التعامل مع الخشب . ( )
١٩) تاريخ انتهاء الصلاحية هو التاريخ الذي يجب فيه استهلاك المنتج . ( )
٢٠) عند القيام بعملية حفظ الطعام يجب غسل يديك جيدا. ( )
٢١) فتح عبوات المنتجات الغذائية وتركها دون استهلاك لا يعرضها للتلف. ( )
٢٢) اذا واجهتك مشكلة تخص سلامة منتج يمكن تقديم شكوي لجهاز الاتصالات . ( )
٢٣) يجب ألا تضع يديك بالقرب من شفرة أو ريشة مثقب عندما تقطع خشب أو تثقبه. ( )
٢٤) اللبن الطازج عند غليه قد تجد فيه رواسب. ( )
٢٥) يفضل غلق الأبواب والنوافذ عند القيام بأعمال الطلاء . ( )
٢٦) يعد اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها. ( )
٢٧) يجب عليك ألا تقوم باستخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ( )
٢٨) يجب التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن قبل استخدامه . ( )
٢٩) أول خطوة لإفاقة المريض امالة الرأس بلطف. ( )
٣٠) يدخل اللبن في العديد من أنواع المشروبات المصنعة. ( )
٣١) في حالة الإصابات الخطيرة يجب الاتصال برقم 180 لاستدعاء سيارة الإسعاف . ( )
٣٢) يتجنب العمال الحوادث من خلال تعلم كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح. ( )




٣٣ من خطوات إيقاف النزيف الضغط بقوة علي الجرج بقطعة قماش متسخة . ( )

٣٤ يعد الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا داخل مصانع العصير. ( )

٣٥ قام دكتور غنيم بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976. ( )

٣٦ لا يختبر العمال جودة العصير اثناء تحضيره وتجهيزه . ( )

٣٧ لا يؤدي عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية إلى سوء التغذية. ( )

٣٨ تحدث الإصابات للحرفيين بسبب التعامل مع الأدوات بطريقة آمنة. ( )

٣٩ تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان لمصر. ( )

٤٠ عند ثقب الخشب يمكن ان نستخدم المسامير لتثبيت الاعمال علي الطاولة . ( )

٤١ كثرة استخدام الدهون يؤدي الي امراض القلب والسكتة الدماغية . ( )

٤٢ إذا كان الشخص فاقدا للوعي ولكن يتنفس يتم استخدام وضعية الافاقة معه . ( )

٤٣ يمكننا استخدام حقيبة الإسعافات الأولية في حالة الإصابات الطفيفة . ( )

٤٤ درس الدكتور غنيم جراحة القلب والرئة. ( )

٤٥ لا توجد علاقة بين كثرة تناول السكر ومرض السكري. ( )

٤٦ اتباع نظام غذائي صحي يقي من الأمراض ويوفر الطاقة . ( )

٤٧ يُعد اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة من مسئوليات الهيئة القومية للبريد . ( )

٤٨ أولى مراحل تجهيز وتحضير العصير الطبيعي هي مرحلة التعبئة. ( )

٤٩ من الضروري خلط السكر بالسائل البارد حتي لا يفصل فيما بعد . ( )

٥٠ مرحلة تعقيم الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنع الشراب . ( )

٥١ قد تتسبب الميكروبات الموجودة في زجاجات العصير في تخمر المشروبات . ( )

٥٢ تُعد مصر من أحد أقل منتجي لبن الجاموس في العالم. ( )

٥٣ لكي يحب الأولاد شرب اللبن يتم إضافة بعض الألوان والمنكهات . ( )

٥٤ بعض البائعين يضعوا إضافات خطرة جدا في اللبن ليبدو طازجًا . ( )

٥٥ من أمثلة المواد الحافظة حمض الستريك وحمض الأسكوربيك . ( )

٥٦ تجفيف الفواكه في الشمس تعد الطريقة الأمثل لتجفيف الطعام . ( )

٥٧ يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على منتجي الطعام الغير ملتزمين . ( )

٥٨ احترس من الأبخرة المتصاعدة من عملية الطلاء فقد تسبب في أضرار لك. ( )

٥٩ عند استخدام الشاكوش احرص علي الا تُصيب يدك أو وجهك. ( )

٦٠ تقدير الوضع هي اولي خطوات تقديم الإسعافات الأولية. ( )

٦١ اخر خطوات وقف النزيف تضميد الجرح جيداً . ( )

62. يقدم مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضي. (   )
63. قد يتسبب إضافة المواد الحافظة للعصير في فساده بشكل أسرع . (   )
64. تعد الابقار والجاموس المصدر الوحيد للألبان. (   )
65. تعد الأغنام والماعز والابل من المصادر الحيوانية لإنتاج الالبان. (   )
66. إضافة النشا للبن يزيد من قيمته الغذائية . (   )
67. يزيد التجفيف من الرطوبة وقد يسبب فساد الأطعمة بشكل سريع . (   )
68. لتناول لبن سليم تحقق من طعمه ورائحته وتاريخ انتهاء صلاحيته. (   )
69. من طرق حفظ الطعام البسترة والتمليح . (   )
70. يضمن المصنع جودة منتجاته بعد انتهاء تاريخ الصلاحية. (   )

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق



السؤال الأول اخترالاجابة الصحيحة

١) عند تجهيز .... تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور
أ) الشراب الصناعي ب) **الشراب الطبيعي** ج) أ ، ب معًا

٢) ....من أهدافه ضمان وجود غذاء كاف لسكان الفلبين لسنوات مقبلة .
أ) **مشروع الكاكو** ب) مشروع حياة كريمة ج) مشروع ابني بيتك

٣) في .... يُضاف إلي العصير الماء والسكر.
أ) **مرحلة التعبئة** ب) مرحلة الاختبار ج) مرحلة العصر

٤) الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....
أ) امراض السكر ب) **امراض القلب** ج) امراض العظام

٥) تنتقل زجاجات العصير المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنب ....
أ) التلف ب) **التلوث** ج) السرقة

٦) ....هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي
أ) **جراحة المسالك البولية** ب) جراحة القلب ج) جراحة الكبد

٧) يساعد .... على النمو وحماية جهازنا المناعي
أ) **اللبن** ب) العصير الصناعي ج) المشروبات الغازية

٨) تمنع .... الجسم من التدحرج اثناء افاقة المريض
أ) **الركبة المثنية** ب) الركبة المفرودة ج) الركبة المكسورة

٩) يُصنع من اللبن منتجات عدة ومنها :
أ) الزبادي ب) الجبن ج) **أ ، ب معًا**

١٠) في خطوة .... أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟
أ) **تقدير الوضع** ب) تقييم الوضع ج) التخطيط للتدخل

١١) إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء بعد إضافة قطرات من حمض الكبريتيك، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة
أ) **الفورمالين** ب) الماء ج) النشا

١٢) يجب أن ترتدي .... السلامة لحماية الأعين عند تقطيع الاخشاب
أ) **نظارات** ب) سترة ج) حذاء

١٣ تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل ....

أ) التجفيف والتجميد ب) البسترة والتعليب ج) أ ، ب معًا

١٤ ....تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول .

أ) المواد الحافظة ب) النكهات ج) السكر

١٥ مُنحت السيدة / .... لقب " أفضل مزارع شاب " لعام 2018 .

أ) إيمانويل مابولو ب) نيروبا راو ج) لينا البرت

١٦ ....مادة حافظة قوية تحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج ولكنها قد تكون ضارة.

أ) الفورمالين ب) الماء ج) النشا

١٧ يفضل .... النوافذ عند القيام بأعمال الطلاء .

أ) غلق ب) فتح ج) أ ، ب معًا

١٨ يحتوي اللبن على نسبة عالية من ....

أ) العناصر الغذائية والدهون ب) البروتين والفيتامينات ج) أ ، ب معًا

١٩ يمكنك معالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية في مرحلة ......

أ) تقدير الوضع ب) تقييم الوضع ج) تقديم الإسعافات الأولية

٢٠ العمال يرتدون .... لحماية المنتجات من التلوث .

أ) غطاء الشعر ب) قفازات ج) أ،ب معًا

٢١ اذا كان المصاب فاقداً للوعي استمر في .... المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .

أ) قياس الحرارة ب) الضغط على الجرح ج) جس نبض

٢٢ ....تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.

أ) المادة الحافظة ب) النكهة ج) البكتريا

٢٣ حصل .... على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام 1997.

أ) دكتور محمد غنيم ب) دكتور مجدي يعقوب ج) دكتور مصطفى السيد

٢٤ يُسخن العصير الطبيعي عند تعليبه ....

أ) لتقليل الميكروبات ب) لقتل الميكروبات ج) لحفظ البكتريا

٢٥ يحتاج .... إلى ممارسة الرياضة لمدة نصف ساعة يوميا

أ) الشباب ب) البالغون ج) الأطفال

٢٦ أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب هي ....

أ) غسل الفاكهة جيدا ب) هرس الفاكهة ج) تسخين العصير

٢٧ في مصر يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع عن طريق ....

أ) الهيئة القومية للبريد ب) هيئة التأمين الصحي ج) الهيئة القومية لسلامة الغذاء

٢٨ اولى الخطوات التي يجب القيام به في حالة الطوارئ الصحية

أ) تقدير الوضع ب) تقييم الوضع ج) التخطيط للتدخل

٢٩ قام دكتور غنيم 1983 بتأسيس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC في .... ،

أ) جامعة القاهرة ب) جامعة عين شمس ج) جامعة المنصورة

٣٠ كثرة استخدام .... مضر لصحتنا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب .

أ) الالبان ب) الدهون ج) الدواجن

٣١ عند اعداد ....تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر.

أ) الشراب الصناعي ب) الشراب الطبيعي ج) أ ، ب معًا

٣٢ عند تصنيع العصير يُخلط السكر بينما يكون السائل .... حتى لا يفصل فيما بعد

أ) بارد ب) متجمد ج) ساخنا

٣٣ تتسبب .... الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها .

أ) المادة الحافظة ب) النكهة ج) الميكروبات

٣٤ تُضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب .... مشروبات اللبن المختلفة

أ) الأطفال ب) البالغين ج) كبار السن

٣٥ ....لا يُعد إضافته للبن أمرا خطرا، لكنك تدفع كثيرا من المال مقابل القليل من اللبن.

أ) الفورمالين ب) الماء ج) النشا

٣٦ اللبن من المنتجات الي .... غشها

أ) يصعب ب) يسهل ج) يستحيل

٣٧ ....هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج

أ) تاريخ انتهاء الصلاحية ب) تاريخ التصنيع ج) تاريخ الفرز

٣٨ جميع اشكال التجفيف تحتاج الي درجة حرارة ....

أ) مرتفعة ب) منخفضة ج) معتدلة

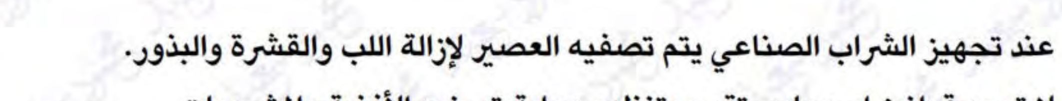
٣٩ الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة من خطوات ....

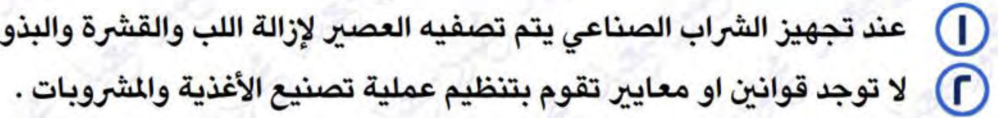
أ) علاج المرض ب) إيقاف النزيف ج) افاقة المريض

٤٠ من طرق غش اللبن إضافة .... لتعديل قوامه ليصبح متجانساً

أ) الفيتامين ب) النشا ج) الماء

السؤال الثاني ضع علامة صح او خطأ امام العبارات التالية

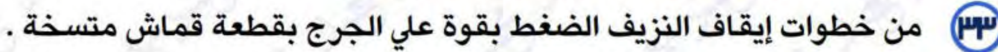
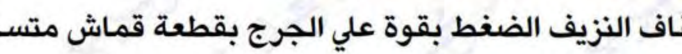

١ عند تجهيز الشراب الصناعي يتم تصفيه العصير لإزالة اللب والقشرة والبذور. ✖


٢ لا توجد قوانين او معايير تقوم بتنظيم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات . ✖



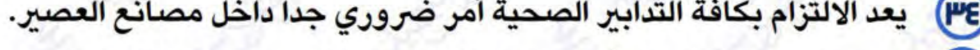



٣) يتم تعقيم زجاجات العصير قبل تعبئتها لقتل الميكروبات . ✓
٤) الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة. ✓
٥) قبل القيام بعملية تصنيع العصير يجب غسل الفاكهة جيداً . ✓
٦) الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم . ✓
٧) ليس من الضروري تسخين العصير عند القيام بتحضير الشراب الطبيعي المعلب . ✗
٨) يعد مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى. ✓
٩) يجب علي العمال الحرص عند التعامل مع الحرارة العالية لتجنب الحروق. ✓
١٠) اذا فقد احد الأشخاص وعيه فعليك الابتعاد عنه وتجنب مساعدته . ✗
١١) لا يحتوي اللبن على كربوهيدرات أو أملاح معدنية. ✗
١٢) يتم رفع الذقن لفتح مجرى الهواء للمريض اثناء عملية الافاقة. ✓
١٣) الفورمالين يعتبر مادة حافظة قوية ولكنها ضارة . ✓
١٤) لتجنب الإصابة يجب عليك استخدم أدوات النجارة بحرص. ✓
١٥) يضاف الفورمالين لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية. ✗
١٦) عند تغيير ريشة المثقب لابد من التأكد من الأدوات غير موصلة بالكهرباء . ✓
١٧) قد يتسبب حفظ الأطعمة بشكل خاطئ في نمو البكتيريا أو العفن فيها. ✓
١٨) ليس من الضروري استخدام النظارات الواقية عند التعامل مع الخشب . ✗
١٩) تاريخ انتهاء الصلاحية هو التاريخ الذي يجب فيه استهلاك المنتج . ✓
٢٠) عند القيام بعملية حفظ الطعام يجب غسل يديك جيدا. ✓
٢١) فتح عبوات المنتجات الغذائية وتركها دون استهلاك لا يعرضها للتلف. ✗
٢٢) اذا واجهتك مشكلة تخص سلامة منتج يمكن تقديم شكوي لجهاز الاتصالات . ✗
٢٣) يجب ألا تضع يديك بالقرب من شفرة أو ريشة مثقب عندما تقطع خشب أو تثقبه. ✓
٢٤) اللبن الطازج عند غليه قد تجد فيه رواسب. ✗
٢٥) يفضل غلق الأبواب والنوافذ عند القيام بأعمال الطلاء . ✗
٢٦) يعد اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها. ✗
٢٧) يجب عليك ألا تقوم باستخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ✓
٢٨) يجب التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن قبل استخدامه . ✓
٢٩) أول خطوة لإفاقة المريض امالة الرأس بلطف. ✗
٣٠) يدخل اللبن في العديد من أنواع المشروبات المصنعة. ✓
٣١) في حالة الإصابات الخطيرة يجب الاتصال برقم 180 لاستدعاء سيارة الإسعاف . ✗
٣٢) يتجنب العمال الحوادث من خلال تعلم كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح. ✓

٣٣) من خطوات إيقاف النزيف الضغط بقوة علي الجرج بقطعة قماش متسخة . ✗

٣٤) يعد الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا داخل مصانع العصير. ✓



٣٥) قام دكتور غنيم بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976. ✓

٣٦) لا يختبر العمال جودة العصير اثناء تحضيره وتجهيزه . ✗

٣٧) لا يؤدي عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية إلى سوء التغذية. ✗

٣٨) تحدث الإصابات للحرفيين بسبب التعامل مع الأدوات بطريقة آمنة. ✗

٣٩) تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان لمصر. ✓

٤٠) عند ثقب الخشب يمكن ان نستخدم المسامير لتثبيت الاعمال علي الطاولة . ✓

٤١) كثرة استخدام الدهون يؤدي الي امراض القلب والسكتة الدماغية . ✓

٤٢) إذا كان الشخص فاقدا للوعي ولكن يتنفس يتم استخدام وضعية الافاقة معه . ✓

٤٣) يمكننا استخدام حقيبة الإسعافات الأولية في حالة الإصابات الطفيفة . ✓

٤٤) درس الدكتور غنيم جراحة القلب والرئة. ✗

٤٥) لا توجد علاقة بين كثرة تناول السكر ومرض السكري. ✗

٤٦) اتباع نظام غذائي صحي يقي من الأمراض ويوفر الطاقة . ✓

٤٧) يُعد اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة من مسئوليات الهيئة القومية للبريد . ✗

٤٨) أولى مراحل تجهيز وتحضير العصير الطبيعي هي مرحلة التعبئة. ✗

٤٩) من الضروري خلط السكر بالسائل البارد حتي لا يفصل فيما بعد . ✗

٥٠) مرحلة تعقيم الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنع الشراب . ✗

٥١) قد تتسبب الميكروبات الموجودة في زجاجات العصير في تخمر المشروبات . ✓

٥٢) تُعد مصر من أحد أقل منتجي لبن الجاموس في العالم. ✗ 

٥٣) لكي يحب الأولاد شرب اللبن يتم إضافة بعض الألوان والمنكهات . ✓

٥٤) بعض البائعين يضعوا إضافات خطرة جدا في اللبن ليبدو طازجًا . ✓ 

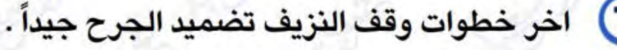
٥٥) من أمثلة المواد الحافظة حمض الستريك وحمض الأسكوربيك . ✓ 

٥٦) تجفيف الفواكه في الشمس تعد الطريقة الأمثل لتجفيف الطعام . ✓ 

٥٧) يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على منتجي الطعام الغير ملتزمين . ✓

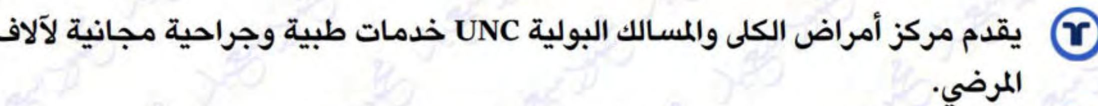
٥٨) احترس من الأبخرة المتصاعدة من عملية الطلاء فقد تسبب في أضرار لك. ✓ 

٥٩) عند استخدام الشاكوش احرص علي الا تُصيب يدك أو وجهك. ✓ 

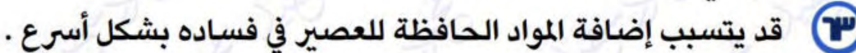


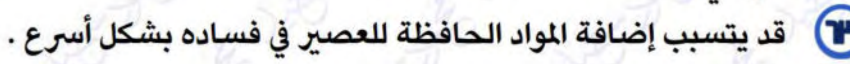
٦٠) تقدير الوضع هي اولي خطوات تقديم الإسعافات الأولية. ✗ 

٦١) اخر خطوات وقف النزيف تضميد الجرح جيداً . ✓

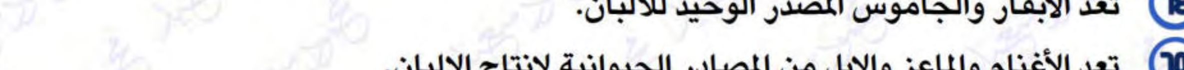


٦٢) يقدم مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضي. ✓





٦٣) قد يتسبب إضافة المواد الحافظة للعصير في فساده بشكل أسرع . ✗



٦٤) تعد الابقار والجاموس المصدر الوحيد للألبان. ✗

٦٥) تعد الأغنام والماعز والابل من المصادر الحيوانية لإنتاج الالبان. ✓

٦٦) إضافة النشا للبن يزيد من قيمته الغذائية . ✗

٦٧) يزيد التجفيف من الرطوبة وقد يسبب فساد الأطعمة بشكل سريع . ✗

٦٨) لتناول لبن سليم تحقق من طعمه ورائحته وتاريخ انتهاء صلاحيته. ✓

٦٩) من طرق حفظ الطعام البسترة والتمليح . ✓

٧٠) يضمن المصنع جودة منتجاته بعد انتهاء تاريخ الصلاحية. ✗

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق

أسئلة الموضوع ٤: الشراب الطبيعي والصناعي

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- يمكن صنع الشراب الطبيعي بمزج الفاكهة مع السكر والماء أو بنقع الزهور في الماء مع السكر. ( )
٢- لا يحتوي العصير الطبيعي على أجزاء من لب البرتقال. ( )
٣- العصير الصناعي مذاقه كمذاق البرتقال لكنه ليس برتقالا طازجا. ( )
٤- العصير الصناعي يوجد منه عصائر فاكهة مركزة. ( )
٥- العصير الصناعي لا يحتوي على عصير طبيعي. ( )
٦- تُعد النكهة الصناعية أغلى ثمنًا من العصيرالطبيعي. ( )
٧- العصائر الصناعية رائحته أو طعمه لا يشبهان رائحة وطعم البرتقال الطبيعي. ( )
٨- تُصنع النكهات الصناعية في المعمل باستخدام مواد كيميائية موجودة بشكل طبيعي في الفاكهة والزهور. ( )
٩- يمكنك أن تعصر بعض الفاكهة مباشرة إلى عصيرطبيعي. ( )
١٠- يتم اضافة المواد الحافظة الى العصير الطبيعي الطازج. ( )
١١- الشراب الصناعى يحتوى على الوان ونكهات صناعيه. ( )
١٢- النكهات الصناعيه اغلى ثمنا من العصير الطبيعي. ( )
١٣- العصائر الصناعيه مصنوعه من مواد ملونه غير صحيه . ( )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- من أنواع عصائر البرتقال .
أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٢- مصنوع من مزج الفاكهة أو عصير الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر.
أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٣- مصنوعا من عصير البرتقال والسكر والماء والمواد الحافظة
أ- العصائر الطبيعية الطازج. ب- العصائر الصناعية. ج- العصائر الطبيعية المعلبة

٤- يحتوي على ماء وسكر ونكهة صناعية ولون صناعي ومواد حافظة .
أ- العصائر الطبيعية الطازج. ب- العصائر الصناعية. ج- العصائر الطبيعية المعلبة

٥- العصير .... لا يحتوي على فاكهة أو زهور طبيعية.
أ- الطبيعية الطازج. ب- الصناعية. ج- الطبيعية المعلبة

٦- مصنوع من مادة ملونة صحية ونكهة صناعية .
أ- اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- اللُب

٧- تعد أرخص ثمنًا من العصيرالطبيعي.
اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- النكهة الصناعية

٨- يكون سائل صاف برتقالي وفاتح اللون، مذاقه سكري جداء، وله نكهة البرتقال.
أ- العصائر الطبيعية الطازج. ب- العصائر الصناعية. ج- العصائر الطبيعية المعلبة

٩- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهه هو الشراب ....
أ- الطبيعي المعلب ب- الطبيعي الطازج ج- الصناعي - الفاسد

١٠- تقوم .... بمعالجه العصير الطبيعي والشراب الطبيعي
أ- المصانع ب- النوادى ج- المستشفيات

١١- الشراب .... مذاقه كمذاق الفاكهه المصنوع منها ولكنه ليس طازجا
أ- الصناعي الفاتح ب- الطبيعي المعلب ج- الطبيعي الطازج

١٢- المشروبات .... تعصر مباشرة من الفاكهه وتحتوى على اجزاء منها .

أ- الغازيه ب- الصناعيه المعلبه ج- الطبيعيه الطازجه

١٣- تعد النكهه الصناعيه أرخص ثمنا من العصير ....

أ- الصناعى ب- الطبيعي ج- غير الصحي

١٤- فاتح اللون ومذاقه سكرى جدا

أ- الطبيعي المعلب ب- الطازج ج- الصناعي المعلب

أسئلة الموضوع ٥: جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١. عند تجهيز الشراب الصناعي يتم تصفيه العصير لإزالة اللب والقشرة والبذور. (   )
٢. أولى مراحل تجهيز وتحضير العصير الطبيعي يذهب العصير النقي إلى مرحلة التعبئة. (   )
٣. لا يختبر العمال جودة العصير اثناء تجهيز وتحضير العصير الطبيعي. (   )
٤. يعد الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا داخل مصنع العصير. (   )
٥. يتجنب العمال الحوادث من خلال تعلم كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح. (   )
٦. عند انسكاب كميات من العصير على الأرض يتركها العمال ولا ينظفوها. (   )
٧. العمال يتعاملون بحرص مع المنتجات عند استخدام الحرارة العالية لتجنب الحروق. (   )
٨. غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العمال ضروريه لحماية المنتج . (   )
٩. تعبئه المشروبات في الزجاجات هى المرحله الاولى في عمليه التصنيع . (   )
١٠. اضافه المواد الحافظة للشراب المصنع امر غير ضرورى . (   )
١١. احدى خطوات تحضير الشراب الطبيعي هي غسل الفاكهه. (   )
١٢. يتم تعقيم الزجاجات بواسطه آلات خاصه. (   )
١٣. عدم ترك العصير المنسكب على الارض احد احتياطات السلامة في المصنع . (   )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب هي ....
أ- تُغسل الفاكهة جيدا. ب- هرس الفاكهة ج- تسخين العصير

٢- عند تجهيزه تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور.
أ- الشراب الصناعي ب- الشراب الطبيعي ج- كلاهما

٣- تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر لصنع الشراب
أ- الشراب الصناعي ب- الشراب الطبيعي ج- كلاهما

٤- يُسخن العصير الطبيعي عند تعليبه ....
أ- لتقليل المكيروبات ب- لقتل الميكروبات ج- لحفظ البكتريا

٥- تعقم إحدى الآلات الزجاجات عند تجهيز العصير الصناعي.
أ- لتقليل المكيروبات ب- لقتل الميكروبات ج- لحفظ البكتريا

٦- في .... يُضاف إلي العصير الماء والسكر.
أ- مرحلة التعبئة ب- مرحلة الاختبار ج- مرحلة العصر

٧- ويُخلط السكر بينما يكون السائل .... حتى لا يفصل فيما بعد
أ- بارد ب- متجمد ج- ساخنا

٨- تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.
أ- المادة الحافظة ب- النكهة ج- البكتريا

٩- تنتقل الزجاجات المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنب ....
أ- التلف ب- التلوث ج- السرقة

١٠- تتسبب .... الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها
أ- المادة الحافظة ب- النكهة ج- الميكروبات

١١- العمال يرتدون .... لحماية المنتج من التلوث
أ- غطاء الشعر ب- قفازات ج- كلاهما

١٢- يتكون الشراب الصناعى من ماء وسكر ومواد ....

أ- حافظه ب- طبيعيه ج- صلبه

١٣- الشراب .... مصنوع من عصير الفاكهه ولا يحتوى على اجزاء منها .

أ- الطبيعى الطازج ب- الصناعي ج- الطبيعي المعلب

١٤- يجب .... العصير لقتل الميكروبات

أ- تجميد ب- شرب ج- تسخين

١٥- عند اضافه ....الى الشراب لابد ان يكون العصير ساخنا .

أ- السكر ب- البهارات ج- القرفه

١٦- الميكروبات الموجودة فى الزجاجات تتسبب في .... المشروبات وفسادها

أ- عصر ب- تخمر ج- تبخر

١٧- عند تحضير العصير الطبيعى يجب اولا .... الفاكهه .

أ- غسل ب- تخزين ج- هرس

١٨- نحتاج الى .... العصير لازاله اللب والقشرة والبذور

أ- تصفيه ب- غليان ج- تخزين

١٩- اضافه .... للشراب تعمل على اطاله فتره صلاحيته

أ- الملح والسكر ب- المواد الحافظة ج- المواد الصلبه

٢٠- يجب على العمال ارتداء غطاء الشعر والقفازات لحماية المنتج من ....

أ- البكتريا ب- التلوث ج- الذباب

٢١- تتحرك الزجاجات اسفل السير المتحرك ليتم .... بالعصير .

أ- تعقيمها ب- تفريغها ج- ملؤها

٢٢- عند تحضير العصير الطبيعى ترسل الفاكهه من خلال الالات التى تقوم بـ ....

أ- هرس ب- غسلها ج- تنظيفها

٢٣- يجب على العمال تجنب الحروق عند استخدام ....

أ- الحرارة العاليه ب- المواد الحافظه ج- الفاكهة

٢٤- يقوم العمال في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من

أ- التبخر ب- الغليان ج- التلوث

أسئلة الموضوع ٦: اللبن

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- تُعد مصر من أحد أقل منتجي لبن الجاموس في العالم. ( )
٢- يدخل اللبن في أنواع كثيرة من المشروبات المصنعة أو يستهلك سائلاً. ( )
٣- لا يحتوي اللبن على كربوهيدرات أوأملاح معدنية. ( )
٤- يأتي اللبن من الابقار والجاموس فقط. ( )
٥- تعد الأغنام والماعز والابل من المصادر الحيوانية لانتجا الالبان. ( )
٦- يعد اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها. ( )
٧- يمكن للبائعين عديمي الأخلاق وضع إضافات خطرة جدا في اللبن، ( )
٨- تضاف الفورمالين لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية. ( )
٩- لتناول لبن سليم تحقق من طعمه ورائحته وتاريخ انتهاء صلاحيته. ( )
١٠- اللبن الطازج عند غلية تجد فيه رواسب متجمدة . ( )
١١- اذا كان اللبن نقي يتدفق فورا وبسرعة من على سطح المرآة . ( )
١٢- يدخل اللبن فى صناعه العديد من المنتجات مثل الزبادي. ( )
١٣- الابقار هي المصدر الوحيد اللبن. ( )
١٤- اللبن من المنتجات التي يسهل غشها. ( )
١٥- التأكد من تاريخ صلاحيه منتجات الالبان من الأمور الضرورية. ( )
١٦- وجود الرواسب المتجمدة على اللبن تدل على ان اللبن طازج . ( )
١٧- مادة النشا تعتبر من المواد الحافظه التي تضاف الى اللبن. ( )
١٨- يضاف الماء للالبان للحفاظ عليها طازجة. ( )
١٩- الفورمالين مادة حافظه قويه قد تكون ضارة عند اضافتها للالبان. ( )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي.
أ- اللبن ب- العصير الصناعي ج- الوجبات السريعة

٢- تُضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب .... مشروبات اللبن المختلفة
أ- الأولاد ب- البالغين ج- لاشئ مما سبق

٣- يحتوي اللبن على نسبة عالية من
أ- العناصر الغذائية والدهون ب- البروتين والفيتامينات ج- جميع ما سبق

٤- يُصنع من اللبن منتجات عدة ومنها :
أ- الزبادي ب- الجبن ج- كلاهما

٥- لا يُعد إضافته للبن أمرا خطرا، لكنك تدفع كثيرا من المال مقابل القليل من اللبن.
أ- الفورمالين ب- الماء ج- النشا

٦- مادة حافظة قوية تحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج ولكنها قد تكون ضارة.
أ- الفورمالين ب- الماء ج- النشا

٧- إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية عند إضافة حمض الكبريتيت، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة ....
أ- الفورمالين ب- الماء ج- النشا

٨- اللبن الذي يتحول إلى اللون .... يكون فاسدا ومغشوشا ويحتوي على مادة النشا .
أ- الأبيض ب- الأصفر ج- الأزرق

٩- يدخل .... في صناعه العديد من المنتجات مثل الجبن .

أ- السمك ب- الخضار ج- اللبن

١٠- يتم غش اللبن عن طريق اضافه .... حيث يتم الحصول على القليل من اللبن.

أ- السكر ب- الماء ج- الجبن

١١- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلى حتى ....

أ- يتبخر ب- يتخثر ج- يتجمد

١٢- يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع ....

أ- المادة الدهنيه ب- الماء ج- السكر

١٣- يعتبر .... من المنتجات التي يسهل غشها.

أ- العصير ب- السكر ج- اللبن

١٤- يحافظ ....على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قويه.

أ- النشا ب- الفورمالين ج- الماء

١٥- يمكن الحصول على اللبن من ....

أ- الابقار ب- الدجاج ج- الأرانب

١٦- يتم اضافه ....للالبان وهو يعتبر مادة حافظه قويه قد تكون ضارة

أ- النشا ب- الثلج ج- الفورمالين

١٧- عند اضافه بعض القطرات من .... يتحول اللبن المضاف اليه النشا الى اللون الأزرق.

أ- صبغه اليود ب- حمض الكبرتيك ج- الماء

١٨- بعد تسخين اللبن اذا وجدت رواسب .... فهذا يعني ان اللبن غير طازج.

أ- بيضاء ب- دهنيه ج- متجبنه

١٩- قوام اللبن يتغير عند انتزاع المواد .... منه

أ- الدهنيه ب- الحافظه ج- الصلبه

٢٠- عند اضافه قطرات من صبغه اليود يتحول اللبن المغشوش الى اللون ....

أ- الازرق ب- الاحمر ج- الاصفر

٢١- مرحلة .... الزجاجات هى المرحلة الاخيرة في عمليه صنع الشراب .

أ- تعقيم ب- تعبئه ج- غلى

أسئلة الموضوع ٧: سلامة الطعام وحفظه

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١. من أمثلة للمواد الحافظة حمض الستريك وحمض الأسكوربيك . ( )
٢. حدوث اخطاء عند حفظ الأطعمة يسبب نمو البكتيريا أو العفن فيها. ( )
٣. يضمن المصنع جودة منتجاته بعد انتهاء تاريخ الصلاحية. ( )
٤. يمكنك فتح عبوات المنتجات الغذائي وتركها دون استهلكها وتبقى سليمة ولا تتلف. ( )
٥. يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على المصنع لعدم تكرار سوء وأضرار منتجاتهم. ( )
٦. يمكن الاتصال بجهاز حماية المستهلك لتقديم شكوى من خلال الخط الساخن فقط . ( )
٧. عند القيام بعملية خفظ الطعام يجب غسل يديك جيدا. ( )
٨. عمليه حفظ الطعام تتم في المصانع فقط. ( )
٩. التجفيف والتجميد احد طرق حفظ الطعام . ( )
١٠. المنتج الغذائي الصحي هو الذي له رائحه سيئة. ( )
١١. يجب التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحيه قبل شراء المنتجات . ( )
١٢. يعد التجفيف فى الشمس احد طرق تجفيف الاطعمه في المنزل . ( )
١٣. عند وجود عيوب فى المنتج يجب التوجه للمتجر لاعادة هذا المنتج . ( )
١٤. تتسبب الميكروبات الموجودة فى الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها . ( )
١٥. لاطاله فتره صلاحيه الشراب يتم اضافه السكر للشراب. ( )
١٦. لابد من تسخين العصير لقتل الميكروبات. ( )
١٧. حمض الاسكوربيك من المواد الحافظة التى يتم اضافتها لحفظ الطعام . ( )
١٨. يستخدم حمض النتريت او الكبريتيك كمواد حافظة للطعام. ( )
١٩. التجفيف والبسترة هي الطرق الوحيدة لحفظ الطعام . ( )
٢٠. يجب التأكد من تاريخ الانتاج فقط عند شراء اى منتج . ( )
٢١. يستخدم الملح والسكر فى تخليل الخضراوات وحفظها . ( )
٢٢. تحتاج عمليه تجفيف الطعام الى نسبه رطوبه عاليه. ( )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل ....
أ- التجفيف والتجميد ب- البسترة والتعليب ج- جميع ما سبق

٢- تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول
أ- المواد الحافظة ب- النكهات ج- السكر

٣- هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج
أ- تاريخ انتهاء الصلاحية ب- تاريخ التصنيع ج- تاريخ الفرز

٤- اذا لم تستجيب الشركة المصنعة لشكوتك أو أخبرك انك سبب المشكلة يمكن الاتصال بـ .... لتقديم شكوى.
أ- الشرطة ب- وزارة الصحة ج- جهاز حماية المستهلك

٥- يمكن أن يكون جاهزا للأكل في غضون بضع ساعات، ويستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة
أ- المخللات السريعة ب- التجفيف ج- التعليب

٦- يزيل الرطوبة من الأطعمة بحيث لا ينمو عليها أي من العفن أو البكتيريا
أ- المخللات السريعة ب- التجفيف ج- التعليب

٧- عملية .... تقوم بازالة الرطوبة من الاطعمة

أ- السلق   ب- الطهي   ج- التجفيف

٨- يكون المنتج الغذائي .... اذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.

أ-غير صحى   ب- صحيا   ج- طازجا

٩- الاخطاء التي تحدث اثناء حفظ الطعام تتسبب في ....

أ- زيادة الجودة   ب- تماسك القوام   ج- نمو البكتيريا

١٠- يعد التمليح احد طرق حفظ ....

أ- الطعام   ب– الكتب   ج– اللبن

١١- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام

أ- الحافظة   ب- السكريه   ج- الصلبه

١٢- عمليه تجفيف الطعام تحتاج الى درجة حرارة ....

أ- معتدلة   ب- باردة   ج- عاليه

١٣- يقوم جهاز .... بارسال مفتشين الى المصنع للتحقق من سبب عدم سلامه المنتج الغذائي.

أ- الشرطة   ب- حماية المستهلك   ج- الدولة

١٤- ما الدليل على عدم سلامه الطعام عند شرائه؟

أ- رائحته الحادة   ب- طعمه الجيد   ج- رائحته الجميله

١٥- احد طرق تجفيف الطعام فى المنزل هى التجفيف باستخدام ....

أ- البخار   ب- الماء   ج- الفرن

أسئلة الموضوع ٨: تفادي المخاطر أثناء العمل

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- تحدث الإصابات للعاملين في المصانع بسبب التعامل مع الأدوات الكهربائية بطريقة آمنة. (   )
٢- لتجنب تلك الإصابات يجب الحرص على البقاء بأمان أثناء استخدام تلك الأدوات. (   )
٣- يجب ألا تضع يديك بالقرب من شفرة أو ريشة مثقب عندما تقطع خشب أو تثقبه. (   )
٤- احرص على فتح النوافذ عند قيامك بعملية الطلاء. (   )
٥- احترس من الأبخرة المتصاعدة من عملية الطلاء فقد تسبب في أضرار لك. (   )
٦- يجب عليك ألا تقوم باستخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. (   )
٧- عند استخدام الشاكوش يجب ان نحرص على عدم ايذاء ايدينا . (   )
٨- يمكننا تغير ريشه المثقب اثناء توصيله بالكهرباء . (   )
٩- أثناء ثقب قطعه من الخشب يمكن استخدام المسامير لتثبيتها على الطاولة. (   )
١٠- ارتداء نظارة السلامة ضرورى عند القيام بنشر الخشب . (   )
١١- يجب استخدام الشاكوش عند دق المسامير بعيدا عن اليد. (   )
١٢- يجب غلق الشبابيك عند طلاء المنزل. (   )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- يجب أن ترتدي .... السلامة لحماية الأعين عند تقطع الاخشاب أو تطلي الدهانات.
أ- نظارات   ب- سترة   ج- حذاء

٢- إذا كانت الأدوات .... اطلب المساعدة من شخص بالغ.
أ- خفيفة   ب- ثقيلة   ج- عادية

٣- دق .... دقا خفيفا جدا في البداية وانت تمسكه، ثم ابعد يدك بعيدا لتدق باقيه.
أ- الصامولة   ب- الخشب   ج- المسمار

٤- من الأدوات الكهربائية التي تستخدمها .... وأدوات الصنفرة.
أ- المثقاب   ب- الشاكوش   ج- الكماشة

٥- تستخدم .... لتثبيت عملك على الطاولة
أ- الصامولة   ب- الخشب   ج- المسمار

٦- يجب أن تكون النوافذ عند القيام بعمليه الطلاء
أ- مغطاة   ب- مفتوحة   ج- مغلقة

٧- يجب استخدام النظارات الواقيه عند القيام بـ ....
أ-عمل العصائر   ب- اعمال النجارة   ج- الطهي

٨- عند حمل الآلات الحادة الثقيله اثناء العمل يمكن الاستعانه بـ............
أ- شخص بالغ   ب- مسامير   ج- نظارات واقيه

٩- يجب اتباع مايلى عند تغير ريشه المثقب ماعدا .
أ- عدم امرار السلك فى الكهرباء   ب- ابعاده عن الماء   ج- عدم توصيله بالكهرباء

١٠- يجب وضع .... لتهويه الغرفه عند الطلاء
أ- سخان   ب- غساله   ج- مروحه

أسئلة الموضوع ٩: الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- إذا كان الشخص فاقدا للوعي ولكن يتنفس يتم استخدام وضعية الافاقة معه . ( )
٢- أول خطوة لافاقة المريض امالة الرأس بلطف. ( )
٣- يتم رفع الذقن لفتح مجرى الهواء للمريض اثناء عملية الافاقة. ( )
٤- اذا كنت ستشارك في ندوة عامة عن موضوعات الصحة والسلامة ستحتاج أي نوع من المصادر. ( )
٥- تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الاسعافات الاوليه للشخص المصاب . ( )
٦- تستخدم حقيبه الاسعافات الأولية لعلاج الجروح البسيطة. ( )
٧- وضعيه الافاقه مناسبه للاشخاص المصابة بنزيف. ( )
٨- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الاسعاف عند الاصابه الخطيرة . ( )
٩- يجب الضغط برفق على الجرح الى ينزف بقطعه قماش نظيفه . ( )
١٠- لا يمكن مساعدة شخص فاقد للوعى ويتنفس. ( )
١١- يجب التخطيط للتدخل عند اصابه شخص باصابه خطيرة . ( )
١٢- لا يمكن علاج الجروح الطفيفه الا بالذهاب الى المستشفى. ( )
١٣- تنظيف الجرح من اساسيات وقف النزيف ( )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- اولى الخطوات التي يجب القيام به في حالة طوارئ صحية.
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٢- في خطوة .... أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٣- خطوة التحقق من نوع الإصابة التي أُصيب بها الشخص هي ....
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٤- الخطوة التي تخطط فيها لكيفية المساعدة حتى يصل المسعفون بعد الاتصال برقم ١٢٣ عند الإصابات الخطرة
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٥- معالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- تقديم الإسعافات الأولية

٦- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة ورفع الطرف المجروح ثم تنظف الجرح وتضميده تستخدم لـ ......
أ- علاج المرض ب- إيقاف النزيف ج- افاقة المريض

٧- تمنع الجسم من التدحرج اثناء افاقة المريض.
أ- الركبة المثنية ب- الركبة المفرودة ج- كلاهما

٨- استمر في .... المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .
أ- قياس الحرارة ب- الضغط على الجرح ج- جس نبض

٩- يتم وضع الشخص .... في وضعيه الافاقه
أ- فاقد الوعى ولكنه يتنفس ب- المصاب بنزيف ج- فاقد الوعى ولا يتنفس

١٠- اى العبارات الاتيه لا تعتبر من الخطوات اللازمه عند تقديم الاسعافات الاوليه
أ- عدم التحقق من نوع الاصابه ب- الضغط بقوه على الجرح ج- تضميد الجرح د- مساعدة الشخص على التنفس

١١- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة .... عند اصابه شخص اصابه خطيرة
أ- الشرطة ب- المطافي ج- الاسعاف

١٢- اذا كان الشخص فاقدا للوعى ولكنه يتنفس فوضعيه .... ستساعده على التنفس
أ- الافاقه ب- نصف جلوس ج- الجانبيه

أسئلة موضوع شخصيات مصرية مؤثرة: د. محمد أحمد غنيم

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- درس الدكتور غنيم جراحة القلب والرئة. ( )

٢- يعد مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى. ( )

٣- يقدم مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضي. ( )

٤- قام دكتور غنيم بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976. ( )

٥- حصل دكتور غنيم على العديد من الجوائز المحلية والعالمية . ( )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ- جراحة المسالك البولية ب- جراحة القلب ج- جراحة الكبد

٢- قام دكتور غنيم ١٩٨٣ بتأسيس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC في .... ،

أ- جامعة القاهرة ب- جامعة عين شمس ج- جامعة المنصورة

٣- هي نوع من الخلايا التي تنشىء جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكلى

أ- الخلايا الجذعية ب- الخلايا الحسية ج- الخلايا البصرية

٤- حصل .... على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام ١٩٩٧.

أ- دكتور محمد غنيم ب- دكتور مجدي يعقوب ج- دكتور مصطفى السيد

أسئلة الموضوع ١١: المستكشف النشط

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- الهدف من استضافة مابولو لفاعليات الطهي تثقيف الناس باستخدام المكونات الدهنية. (   )
٢- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم . (   )
٣- لاتوجد علاقة بين كثرة تناول السكر ومرض السكري. (   )
٤- لايؤدي عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية إلى سوء التغذية. (   )
٥- الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة. (   )
٦- يقي اتباع نظام غذائي صحي من هذه الأمراض ويوفر الطاقة . (   )
٧- يعد استخدام المكونات الطازجة في عمليات الطهي أمر مهم جدا. (   )
٨- استخدام المكونات المحلية لا يساعد في دعم الاقتصاد المحلي. (   )
٩- تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان لمصر. (   )
١٠- يُعد اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع أمرا مهما جدا لصحتنا. (   )

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- هي طاهية ومزارعة ورائدة أعمال درست التنمية الاقتصادية في أمريكا .

أ- السيدة مابولو ب- وصفية نزرين ج- انيقا اولاه

٢- يشمل .... تقليل معدل استهلاك الملح والسكر والدهون

أ- الظام النباتي ب- النظام النباتي الصرف ج- النظام الغذائي الصحي

٣- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ- امراض السكر ب- امراض القلب ج- امراض العظام

٤- **كثرة استخدامها** مضر لصحتنا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بامراض القلب .

أ- البروتين ب- الدهون ج- اللحوم

٥- يجب عليهم ممارسة الرياضة لمدة ساعة واحدة يوميا.

أ- الشباب ب- البالغون ج- الأطفال

٦- يحتاجون إلى نصف ساعة يوميا .

أ- الشباب ب- البالغون ج- الأطفال

٧- من أهدافه ضمان وجود غذاء كاف لسكان الفلبين لسنوات مقبلة، وساعد ٢٠٠ مزراع في زراعة ٨٠ الف شجرة.

أ- مشروع الكاكو ب- استصلاح الصحراي ج- لاشئ مما سبق

٨- يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع المصري بواسطتها.

أ- وزارة الصحة ب- وزارة الزراعة ج- الهيئة القومية لسلامة الغذاء

أسئلة الموضوع ٤ : الشراب الطبيعي والصناعي

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- يمكن صنع الشراب الطبيعي بمزج الفاكهة مع السكر والماء أو بنقع الزهور في الماء مع السكر. (صح)
٢- لا يحتوي العصير الطبيعي على أجزاء من لب البرتقال. (خطأ)
٣- العصير الصناعي مذاقه كمذاق البرتقال لكنه ليس برتقالا طازجا. (خطأ)
٤- العصير الصناعي يوجد منه عصائر فاكهة مركزة. (خطأ)
٥- العصير الصناعي لا يحتوي على عصير طبيعي. (صح)
٦- تُعد النكهة الصناعية أغلى ثمنًا من العصير الطبيعي. (خطأ)
٧- العصائر الصناعية رائحته أو طعمه لا يشبهان رائحة وطعم البرتقال الطبيعي. (صح)
٨- تُصنع النكهات الصناعية في المعمل باستخدام مواد كيميائية موجودة بشكل طبيعي في الفاكهة والزهور. (صح)
٩- يمكنك أن تعصر بعض الفاكهة مباشرة إلى عصير طبيعي. (صح)
١٠- يتم اضافة المواد الحافظة الى العصير الطبيعي الطازج. (خ)
١١- الشراب الصناعى يحتوى على الوان ونكهات صناعيه. (ص)
١٢- النكهات الصناعيه اغلى ثمنا من العصير الطبيعي. (خ)
١٣- العصائر الصناعيه مصنوعه من مواد ملونه غير صحيه . (خ)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- من أنواع عصائر البرتقال .
أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٢- مصنوع من مزج الفاكهة أو عصير الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر.
أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٣- مصنوعا من عصير البرتقال والسكر والماء والمواد الحافظة
أ- العصائر الطبيعية الطازج. ب- العصائر الصناعية. ج- العصائر الطبيعية المعلبة

٤- يحتوي على ماء وسكر ونكهة صناعية ولون صناعي ومواد حافظة .
أ- العصائر الطبيعية الطازج. ب- العصائر الصناعية. ج- العصائر الطبيعية المعلبة

٥- العصير .... لا يحتوي على فاكهة أو زهور طبيعية.
أ- الطبيعية الطازج. ب- الصناعية. ج- الطبيعية المعلبة

٦- مصنوع من مادة ملونة صحية ونكهة صناعية .
أ- اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- اللُب

٧- تعد أرخص ثمنًا من العصير الطبيعي.
اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- النكهة الصناعية

٨- يكون سائل صاف برتقالي وفاتح اللون، مذاقه سكري جدا، وله نكهة البرتقال.
أ- العصائر الطبيعية الطازج. ب- العصائر الصناعية. ج- العصائر الطبيعية المعلبة

٩- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهه هو الشراب ....
أ- الطبيعي المعلب ب- الطبيعي الطازج ج- الصناعي - الفاسد

١٠- تقوم .... بمعالجه العصير الطبيعي والشراب الطبيعي
أ- المصانع ب- النوادى ج- المستشفيات

١١- الشراب .... مذاقه كمذاق الفاكهه المصنوع منها ولكنه ليس طازجا
أ- الصناعي الفاتح ب- الطبيعي المعلب ج- الطبيعي الطازج

١٢- المشروبات .... تعصر مباشرة من الفاكهه وتحتوى على اجزاء منها .

أ- الغازيه ب- الصناعيه المعلبه ج- الطبيعيه الطازجه

١٣- تعد النكهه الصناعيه أرخص ثمنا من العصير ....

أ- الصناعى ب- الطبيعي ج- غير الصحي

١٤- فاتح اللون ومذاقه سكرى جدا

أ- الطبيعي المعلب ب- الطازج ج- الصناعي المعلب

أسئلة الموضوع ٥: جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١. عند تجهيز الشراب الصناعي يتم تصفيه العصير لإزالة اللب والقشرة والبذور. (خطأ)
٢. أولى مراحل تجهيز وتحضير العصير الطبيعي يذهب العصير النقي إلى مرحلة التعبئة. (خطأ)
٣. لا يختبر العمال جودة العصير اثناء تجهيز وتحضير العصير الطبيعي. (خطأ)
٤. يعد الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا داخل مصنع العصير. (صح)
٥. يتجنب العمال الحوادث من خلال تعلم كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح. (صح)
٦. عند انسكاب كميات من العصير على الأرض يتركها العمال ولا ينظفوها. (خطأ)
٧. العمال يتعاملون بحرص مع المنتجات عند استخدام الحرارة العالية لتجنب الحروق. (صح)
٨. غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العمال ضروريه لحماية المنتج . (ص)
٩. تعبنه المشروبات في الزجاجات هى المرحله الاولى في عمليه التصنيع . (خ)
١٠. اضافه المواد الحافظة للشراب المصنع امر غير ضرورى . (خ)
١١. احدى خطوات تحضير الشراب الطبيعي هي غسل الفاكهه. (ص)
١٢. يتم تعقيم الزجاجات بواسطه آلات خاصه. (ص)
١٣. عدم ترك العصير المنسكب على الارض احد احتياطات السلامة في المصنع . (ص)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب هي ....
أ- تُغسل الفاكهة جيدا. ب- هرس الفاكهة ج- تسخين العصير

٢- عند تجهيزه تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور.
أ- الشراب الصناعي ب- الشراب الطبيعي ج- كلاهما

٣- تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر لصنع الشراب
أ- الشراب الصناعي ب- الشراب الطبيعي ج- كلاهما

٤- يُسخن العصير الطبيعي عند تعليبه ....
أ- لتقليل المكيروبات ب- لقتل الميكروبات ج- لحفظ البكتريا

٥- تعقم إحدى الآلات الزجاجات عند تجهيز العصير الصناعي.
أ- لتقليل المكيروبات ب- لقتل الميكروبات ج- لحفظ البكتريا

٦- في .... يُضاف إلي العصير الماء والسكر.
أ- مرحلة التعبئة ب- مرحلة الاختبار ج- مرحلة العصر

٧- ويُخلط السكر بينما يكون السائل .... حتى لا يفصل فيما بعد
أ- بارد ب- متجمد ج- ساخنا

٨- تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.
أ- المادة الحافظة ب- النكهة ج- البكتريا

٩- تنتقل الزجاجات المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنب ....
أ- التلف ب- التلوث ج- السرقة

١٠- تتسبب .... الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها
أ- المادة الحافظة ب- النكهة ج- الميكروبات

١١- العمال يرتدون .... لحماية المنتج من التلوث
أ- غطاء الشعر ب- قفازات ج- كلاهما

١٢- يتكون الشراب الصناعى من ماء وسكر ومواد ....

أ- حافظه ب- طبيعيه ج- صلبه

١٣- الشراب .... مصنوع من عصير الفاكهه ولا يحتوى على اجزاء منها .

أ- الطبيعى الطازج ب- الصناعي ج- الطبيعي المعلب

١٤- يجب .... العصير لقتل الميكروبات

أ- تجميد ب- شرب ج- تسخين

١٥- عند اضافه ....الى الشراب لابد ان يكون العصير ساخنا .

أ- السكر ب- البهارات ج- القرفه

١٦- الميكروبات الموجودة فى الزجاجات تتسبب في .... المشروبات وفسادها

أ- عصر ب- تخمر ج- تبخر

١٧- عند تحضير العصير الطبيعى يجب اولا .... الفاكهه .

أ- غسل ب- تخزين ج- هرس

١٨- نحتاج الى .... العصير لازاله اللب والقشرة والبذور

أ- تصفيه ب- غليان ج- تخزين

١٩- اضافه .... للشراب تعمل على اطاله فتره صلاحيته

أ- الملح والسكر ب- المواد الحافظة ج- المواد الصلبه

٢٠- يجب على العمال ارتداء غطاء الشعر والقفازات لحماية المنتج من ....

أ- البكتريا ب- التلوث ج- الذباب

٢١- تتحرك الزجاجات اسفل السير المتحرك ليتم .... بالعصير .

أ- تعقيمها ب- تفريغها ج- ملؤها

٢٢- عند تحضير العصير الطبيعى ترسل الفاكهه من خلال الالات التى تقوم بـ ....

أ- هرس ب- غسلها ج- تنظيفها

٢٣- يجب على العمال تجنب الحروق عند استخدام.....................

أ- الحرارة العاليه ب- المواد الحافظه ج- الفاكهة

٢٤- يقوم العمال في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من

أ- التبخر ب- الغليان ج- التلوث

أسئلة الموضوع ٦: اللبن

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- تُعد مصر من أحد أقل منتجي لبن الجاموس في العالم. (خطأ)
٢- يدخل اللبن في أنواع كثيرة من المشروبات المصنعة أو يستهلك سائلاً. (صح)
٣- لا يحتوي اللبن على كربوهيدرات أوأملاح معدنية. (خطأ)
٤- يأتي اللبن من الابقار والجاموس فقط. (خطأ)
٥- تعد الأغنام والماعز والابل من المصادر الحيوانية لانتجا الالبان. (صح)
٦- يعد اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها. (خطأ)
٧- يمكن للبائعين عديمي الأخلاق وضع إضافات خطرة جدا في اللبن، (صح)
٨- تضاف الفورمالين لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية. (خطأ)
٩- لتناول لبن سليم تحقق من طعمه ورائحته وتاريخ انتهاء صلاحيته. (صح)
١٠- اللبن الطازج عند غلية تجد فيه رواسب متجمدة . (خطأ)
١١- اذا كان اللبن نقي يتدفق فورا وبسرعة من على سطح المرآة . (خطأ)
١٢- يدخل اللبن فى صناعه العديد من المنتجات مثل الزبادي. (ص)
١٣- الابقار هي المصدر الوحيد اللبن. (خ)
١٤- اللبن من المنتجات التي يسهل غشها. (ص)
١٥- التأكد من تاريخ صلاحيه منتجات الالبان من الأمور الضرورية. (ص)
١٦- وجود الرواسب المتجمدة على اللبن تدل على ان اللبن طازج . (خ)
١٧- مادة النشا تعتبر من المواد الحافظة التي تضاف الى اللبن. (خ)
١٨- يضاف الماء للالبان للحفاظ عليها طازجة. (خ)
١٩- الفورمالين مادة حافظة قويه قد تكون ضارة عند اضافتها للالبان. (ص)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي.
أ- اللبن ب- العصير الصناعي ج- الوجبات السريعة

٢- تُضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب .... مشروبات اللبن المختلفة
أ- الأولاد ب- البالغين ج- لاشئ مما سبق

٣- يحتوي اللبن على نسبة عالية من
أ- العناصر الغذائية والدهون ب- البروتين والفيتامينات ج- جميع ما سبق

٤- يُصنع من اللبن منتجات عدة ومنها :
أ- الزبادي ب- الجبن ج- كلاهما

٥- لا يُعد إضافته للبن أمرا خطرا، لكنك تدفع كثيرا من المال مقابل القليل من اللبن.
أ- الفورمالين ب- الماء ج- النشا

٦- مادة حافظة قوية تحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج ولكنها قد تكون ضارة.
أ- الفورمالين ب- الماء ج- النشا

٧- إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية عند إضافة حمض الكبريتيت، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة ....
أ- الفورمالين ب- الماء ج- النشا

٨- اللبن الذي يتحول إلى اللون .... يكون فاسدا ومغشوشا ويحتوي على مادة النشا .
أ- الأبيض ب- الأصفر ج- الأزرق

٩- يدخل .... في صناعه العديد من المنتجات مثل الجبن .

أ- السمك ب- الخضار ج- اللبن

١٠- يتم غش اللبن عن طريق اضافه .... حيث يتم الحصول على القليل من اللبن.

أ- السكر ب- الماء ج- الجبن

١١- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلى حتى ....

أ- يتبخر ب- يتخثر ج- يتجمد

١٢- يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع ....

أ- المادة الدهنيه ب- الماء ج- السكر

١٣- يعتبر .... من المنتجات التي يسهل غشها.

أ- العصير ب- السكر ج- اللبن

١٤- يحافظ ....على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قويه.

أ- النشا ب- الفورمالين ج- الماء

١٥- يمكن الحصول على اللبن من ....

أ- الابقار ب- الدجاج ج- الأرانب

١٦- يتم اضافه .... للالبان وهو يعتبر مادة حافظه قويه قد تكون ضارة

أ- النشا ب- الثلج ج- الفورمالين

١٧- عند اضافه بعض القطرات من .... يتحول اللبن المضاف اليه النشا الى اللون الأزرق.

أ- صبغه اليود ب- حمض الكبرتيك ج- الماء

١٨- بعد تسخين اللبن اذا وجدت رواسب .... فهذا يعني ان اللبن غير طازج.

أ- بيضاء ب- دهنيه ج- متجبنه

١٩- قوام اللبن يتغير عند انتزاع المواد .... منه

أ- الدهنيه ب- الحافظه ج- الصلبه

٢٠- عند اضافه قطرات من صبغه اليود يتحول اللبن المغشوش الى اللون ....

أ- الازرق ب- الاحمر ج- الاصفر

٢١- مرحلة .... الزجاجات هى المرحلة الاخيرة في عمليه صنع الشراب .

أ- تعقيم ب- تعبئه ج- غلى

أسئلة الموضوع ٧: سلامة الطعام وحفظه

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١. من أمثلة للمواد الحافظة حمض الستريك وحمض الأسكوربيك . (ص)
٢. حدوث اخطاء عند حفظ الأطعمة يسبب نمو البكتيريا أو العفن فيها. (ص)
٣. يضمن المصنع جودة منتجاته بعد انتهاء تاريخ الصلاحية. (خ)
٤. يمكنك فتح عبوات المنتجات الغذائي وتركها دون استهلكها وتبقى سليمة ولا تتلف. (خ)
٥. يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على المصنع لعدم تكرار سوء وأضرار منتجاتهم. (ص)
٦. يمكن الاتصال بجهاز حماية المستهلك لتقديم شكوى من خلال الخط الساخن فقط . (خ)
٧. عند القيام بعملية خفظ الطعام يجب غسل يديك جيدا. (ص)
٨. عمليه حفظ الطعام تتم في المصانع فقط. (خ)
٩. التجفيف والتجميد احد طرق حفظ الطعام . (ص)
١٠. المنتج الغذائي الصحي هو الذي له رائحه سيئة. (خ)
١١. يجب التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحيه قبل شراء المنتجات . (ص)
١٢. يعد التجفيف فى الشمس احد طرق تجفيف الاطعمه في المنزل . (ص)
١٣. عند وجود عيوب فى المنتج يجب التوجه للمتجر لاعادة هذا المنتج . (ص)
١٤. تتسبب الميكروبات الموجودة فى الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها . (ص)
١٥. لاطالة فتره صلاحيه الشراب يتم اضافه السكر للشراب. (خ)
١٦. لابد من تسخين العصير لقتل الميكروبات. (ص)
١٧. حمض الاسكوربيك من المواد الحافظة التى يتم اضافتها لحفظ الطعام . (ص)
١٨. يستخدم حمض النتريت او الكبريتيك كمواد حافظة للطعام. (ص)
١٩. التجفيف والبسترة هي الطرق الوحيدة لحفظ الطعام . (خ)
٢٠. يجب التأكد من تاريخ الانتاج فقط عند شراء اى منتج . (خ)
٢١. يستخدم الملح والسكر فى تخليل الخضراوات وحفظها . (خ)
٢٢. تحتاج عمليه تجفيف الطعام الى نسبه رطوبه عاليه. (خ)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل ....
أ- التجفيف والتجميد ب- البسترة والتعليب ج- جميع ما سبق

٢- تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول
أ- المواد الحافظة ب- النكهات ج- السكر

٣- هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج
أ- تاريخ انتهاء الصلاحية ب- تاريخ التصنيع ج- تاريخ الفرز

٤- اذا لم تستجيب الشركة المصنعة لشكوتك أو أخبرك انك سبب المشكلة يمكن الاتصال بـ .... لتقديم شكوى.
أ- الشرطة ب- وزارة الصحة ج- جهاز حماية المستهلك

٥- يمكن أن يكون جاهزا للأكل في غضون بضع ساعات، ويستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة
أ- المخللات السريعة ب- التجفيف ج- التعليب

٦- يزيل الرطوبة من الأطعمة بحيث لا ينمو عليها أي من العفن أو البكتيريا
أ- المخللات السريعة ب- التجفيف ج- التعليب

٧- عملية .... تقوم بازالة الرطوبة من الاطعمة

أ- السلق ب- الطهي ج- التجفيف

٨- يكون المنتج الغذائي .... اذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.

أ-غير صحى ب- صحيا ج- طازجا

٩- الاخطاء التي تحدث اثناء حفظ الطعام تتسبب في ....

أ- زيادة الجودة ب- تماسك القوام ج- نمو البكتيريا

١٠- يعد التمليح احد طرق حفظ ....

أ- الطعام ب– الكتب ج– اللبن

١١- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام

أ- الحافظة ب- السكريه ج- الصلبه

١٢- عمليه تجفيف الطعام تحتاج الى درجة حرارة ....

أ- معتدلة ب- باردة ج- عاليه

١٣- يقوم جهاز .... بارسال مفتشين الى المصنع للتحقق من سبب عدم سلامه المنتج الغذائي.

أ- الشرطة ب- حماية المستهلك ج- الدولة

١٤- ما الدليل على عدم سلامه الطعام عند شرائه؟

أ- رائحته الحادة ب- طعمه الجيد ج- رائحته الجميله

١٥- احد طرق تجفيف الطعام فى المنزل هى التجفيف باستخدام ....

أ- البخار ب- الماء ج- الفرن

أسئلة الموضوع ٨: تفادي المخاطر أثناء العمل

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- تحدث الإصابات للعاملين في المصانع بسبب التعامل مع الأدوات الكهربائية بطريقة آمنة. (خ)
٢- لتجنب تلك الإصابات يجب الحرص على البقاء بأمان أثناء استخدام تلك الأدوات. (ص)
٣- يجب ألا تضع يديك بالقرب من شفرة أو ريشة مثقب عندما تقطع خشب أو تثقبه. (ص)
٤- احرص على فتح النوافذ عند قيامك بعملية الطلاء. (ص)
٥- احترس من الأبخرة المتصاعدة من عملية الطلاء فقد تسبب في أضرار لك. (ص)
٦- يجب عليك ألا تقوم باستخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. (ص)
٧- عند استخدام الشاكوش يجب ان نحرص على عدم ايذاء ايدينا . (ص)
٨- يمكننا تغير ريشه المثقب اثناء توصيله بالكهرباء . (خ)
٩- أثناء ثقب قطعه من الخشب يمكن استخدام المسامير لتثبيتها على الطاولة. (ص)
١٠- ارتداء نظارة السلامة ضرورى عند القيام بنشر الخشب . (ص)
١١- يجب استخدام الشاكوش عند دق المسامير بعيدا عن اليد. (ص)
١٢- يجب غلق الشبابيك عند طلاء المنزل. (خ)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- يجب أن ترتدي .... السلامة لحماية الأعين عند تقطع الاخشاب أو تطلي الدهانات.
أ- نظارات   ب- سترة   ج- حذاء

٢- إذا كانت الأدوات .... اطلب المساعدة من شخص بالغ.
أ- خفيفة   ب- ثقيلة   ج- عادية

٣- دق .... دقا خفيفا جدا في البداية وانت تمسكه، ثم ابعد يدك بعيدا لتدق باقيه.
أ- الصامولة   ب- الخشب   ج- المسمار

٤- من الأدوات الكهربائية التي تستخدمها .... وأدوات الصنفرة.
أ- المثقاب   ب- الشاكوش   ج- الكماشة

٥- تستخدم .... لتثبيت عملك على الطاولة
أ- الصامولة   ب- الخشب   ج- المسمار

٦- يجب أن تكون النوافذ عند القيام بعمليه الطلاء
أ- مغطاة   ب- مفتوحة   ج- مغلقة

٧- يجب استخدام النظارات الواقيه عند القيام بـ ....
أ-عمل العصائر   ب- اعمال النجارة   ج- الطهي

٨- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة اثناء العمل يمكن الاستعانه بـ............
أ- شخص بالغ   ب- مسامير   ج- نظارات واقيه

٩- يجب اتباع مايلى عند تغير ريشه المثقب ماعدا .
أ- عدم امرار السلك فى الكهرباء   ب- ابعاده عن الماء   ج- عدم توصيله بالكهرباء

١٠- يجب وضع .... لتهويه الغرفه عند الطلاء
أ- سخان   ب- غساله   ج- مروحه

أسئلة الموضوع ٩: الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- إذا كان الشخص فاقدا للوعي ولكن يتنفس يتم استخدام وضعية الافاقة معه . (ص)
٢- أول خطوة لافاقة المريض امالة الرأس بلطف. (خ)
٣- يتم رفع الذقن لفتح مجرى الهواء للمريض اثناء عملية الافاقة. (ص)
٤- اذا كنت ستشارك في ندوة عامة عن موضوعات الصحة والسلامة ستحتاج أي نوع من المصادر. (خ)
٥- تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الاسعافات الاوليه للشخص المصاب . (خ)
٦- تستخدم حقيبه الاسعافات الأولية لعلاج الجروح البسيطة. (ص)
٧- وضعيه الافاقه مناسبه للاشخاص المصابة بنزيف. (خ)
٨- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الاسعاف عند الاصابه الخطيرة . (ص)
٩- يجب الضغط برفق على الجرح الى ينزف بقطعه قماش نظيفه . (ص)
١٠- لا يمكن مساعدة شخص فاقد للوعى ويتنفس. (خ)
١١- يجب التخطيط للتدخل عند اصابه شخص باصابه خطيرة . (خ)
١٢- لا يمكن علاج الجروح الطفيفه الا بالذهاب الى المستشفى. (خ)
١٣- تنظيف الجرح من اساسيات وقف النزيف (ص)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- اولى الخطوات التي يجب القيام به في حالة طوارئ صحية.
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٢- في خطوة .... أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٣- خطوة التحقق من نوع الإصابة التي أُصيب بها الشخص هي ....
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٤- الخطوة التي تخطط فيها لكيفية المساعدة حتى يصل المسعفون بعد الاتصال برقم ١٢٣ عند الإصابات الخطرة
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- التخطيط للتدخل

٥- معالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية
أ- تقدير الوضع ب- تقييم الوضع ج- تقديم الإسعافات الأولية

٦- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة ورفع الطرف المجروح ثم تنظف الجرح وتضميده تستخدم لـ ......
أ- علاج المرض ب- إيقاف النزيف ج- افاقة المريض

٧- تمنع الجسم من التدحرج اثناء افاقة المريض.
أ- الركبة المثنية ب- الركبة المفرودة ج- كلاهما

٨- استمر في .... المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .
أ- قياس الحرارة ب- الضغط على الجرح ج- جس نبض

٩- يتم وضع الشخص .... في وضعيه الافاقه
أ- فاقد الوعي ولكنه يتنفس ب- المصاب بنزيف ج- فاقد الوعى ولا يتنفس

١٠- اى العبارات الاتيه لا تعتبر من الخطوات اللازمه عند تقديم الاسعافات الاوليه
أ- عدم التحقق من نوع الاصابه ب- الضغط بقوه على الجرح ج- تضميد الجرح د- مساعدة الشخص على التنفس

١١- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة .... عند اصابه شخص اصابه خطيرة
أ- الشرطة ب- المطافي ج- الاسعاف

١٢- اذا كان الشخص فاقدا للوعى ولكنه يتنفس فوضعيه .... ستساعده على التنفس
أ- الافاقه ب- نصف جلوس ج- الجانبيه

أسئلة موضوع شخصيات مصرية مؤثرة: د. محمد أحمد غنيم

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- درس الدكتور غنيم جراحة القلب والرئة. (خطأ)

٢- يعد مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى. (صح)

٣- يقدم مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضي. (صح)

٤- قام دكتور غنيم بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976. (صح)

٥- حصل دكتور غنيم على العديد من الجوائز المحلية والعالمية . (صح)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ- جراحة المسالك البولية ب- جراحة القلب ج- جراحة الكبد

٢- قام دكتور غنيم ١٩٨٣ بتأسيس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC في .... ،

أ- جامعة القاهرة ب- جامعة عين شمس ج- جامعة المنصورة

٣- هي نوع من الخلايا التي تنشىء جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكلى

أ- الخلايا الجذعية ب- الخلايا الحسية ج- الخلايا البصرية

٤- حصل .... على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام ١٩٩٧.

أ- دكتور محمد غنيم ب- دكتور مجدي يعقوب ج- دكتور مصطفى السيد

أسئلة الموضوع ١١: المستكشف النشط

السؤال الأول : ضع كلمة (صح) أو (خطأ):-

١- الهدف من استضافة مابولو لفاعليات الطهي تثقيف الناس باستخدام المكونات الدهنية. (خطأ)
٢- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم . (صح)
٣- لاتوجد علاقة بين كثرة تناول السكر ومرض السكري. (خطأ)
٤- لايؤدي عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية إلى سوء التغذية. (خطأ)
٥- الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة. (صح)
٦- يقي اتباع نظام غذائي صحي من هذه الأمراض ويوفر الطاقة . (صح)
٧- يعد استخدام المكونات الطازجة في عمليات الطهي أمر مهم جدا. (صح)
٨- استخدام المكونات المحلية لا يساعد في دعم الاقتصاد المحلي. (خطأ)
٩- تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان لمصر. (صح)
١٠- يُعد اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع أمرا مهما جدا لصحتنا. (صح)

السؤال الثاني : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- هي طاهية ومزارعة ورائدة أعمال درست التنمية الاقتصادية في أمريكا .

أ- السيدة مابولو ب- وصفية نزرين ج- انيقا اولاه

٢- يشمل .... تقليل معدل استهلاك الملح والسكر والدهون

أ- الظام النباتي ب- النظام النباتي الصرف ج- النظام الغذائي الصحي

٣- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ- امراض السكر ب- امراض القلب ج- امراض العظام

٤- **كثرة استخدامها** مضر لصحتنا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بامراض القلب .

أ- البروتين ب- الدهون ج- اللحوم

٥- يجب عليهم ممارسة الرياضة لمدة ساعة واحدة يوميا.

أ- الشباب ب- البالغون ج- الأطفال

٦- يحتاجون إلى نصف ساعة يوميا .

أ- الشباب ب- البالغون ج- الأطفال

٧- من أهدافه ضمان وجود غذاء كاف لسكان الفلبين لسنوات مقبلة، وساعد ٢٠٠ مزراع في زراعة ٨٠ الف شجرة.

أ- مشروع الكاكو ب- استصلاح الصحراي ج- لاشئ مما سبق

٨- يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع المصري بواسطتها.

أ- وزارة الصحة ب- وزارة الزراعة ج- الهيئة القومية لسلامة الغذاء



1: العصير النقي الطازج يحتوي على أجزاء من الفاكهة .
2: الشراب الطبيعي المعلب يحتوي على مواد حافظة .
3: الشراب الصناعي عبارة عن (ماء - سكر - لون صناعي - نكهة صناعية - مواد حافظة) .
4: العصير النقي الطازج يحتوي على قيمة غذائية أكبر .
5: المرحلة الأولى للشراب الصناعي: زراعة الفاكهة أو الزهور في المزارع .
6: يمكن صناعة الشراب الطبيعي:
1: بمزج الفاكهة مع السكر والماء .
2: بنقع الزهور في الماء مع السكر.
7: يجب إضافة السكر إلى السائل عندما يكون ساخناً ليسهل خلطه .
8: المواد الحافظة تجعل زجاجات الشراب تدوم أطول من دون أن تفسد .
9: يجب تصفية العصير لإزالة: البذور .
10: يجب وضع أغطية الزجاجات بإحكام لتجنب التلوث
11: من الأمور التي يجب مراعتها للحفاظ على السلامة داخل المصنع: إرتداء العمال غطاء الشعر .
12: من منتجات الألبان: الزبادي ,الجبن .
13: من مصادر اللبن: الأبقار,الجاموس .
14: اللبن يوفر الكالسيوم للعظام ويساعد على النمو ,يحمي به جهاز المناعة .

15: تعد مصر من أحد أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم .
16: اللبن من المنتجات التي يسهل غشها .
17: من طرق غش اللبن: إضافة الماء, الفورمالين, النشا
18: من المواد الحافظة: النتريت, حمض الأسكوربيك, الكبريتيك, حمض الستريك
19: من الأخطاء التي قد تحدث عند التصنيع: نمو البكتيريا و العفن .
20: من طرق حفظ الطعام: التجفيف, التجميد, البسترة, التمليح, التعليب .
21: الخط الساخن لجهاز حماية المستهلك 19588 .
22: من إرشادات العمل بطريقة آمنة: نظارات السلامة .
23: لإستدعاء سيارة الإسعاف:الأتصال برقم 123 .
24: تساعد حقيبة الإسعافات الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .
25: لوقف النزيف:
1: الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة .
2: رفع الطرف المجروح إلى أعلى .
3: تنظيف الجرح .
4: تضميد الجرح .
26: ولد العالم المصري الدكتور محمد احمد غنيم في 17 مارس 1939 .
27: درس الدكتور غنيم الجراحة بالاضافة الى جراحة المسالك البولية .
28: السيدة لويز هي طاهية ومزارعة ورائدة اعمال .
29: أسست السيدة مابولو مشروع الكاكو في الفلبين .



بنك اسئلة على مقرر شهر مارس

1 اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

1: يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .
1: اللحوم 2: اللبن 3: الخضار

2: المنتج الغذائي يكون .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات .
1: نظيفاً 2: طازجاً 3: غير صحي

3: يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء .
1: مفتوحة 2: مدهونة 3: مغلقة

4: يجب التأكد من .... للتأكد من أن اللبن سليم وطازج .
1: اسم المنتج 2: اسم الشركة 3: تاريخ الصلاحية

5: الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في ....
1: زيادة الكمية 2: نمو البكتيريا 3: زيادة الجودة

6: يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ............................ .
1: رفع الأثقال 2: أعمال النجارة 3: شرب الماء

7: عند تحضير العصير الطبيعي يجب أولاً .... الفاكهة .
1: غسل 2: تسخين 3: أكل

8: يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .
1: النشا 2: الفورمالين 3: الماء

9: يجب استخدام .... عند إصابة شخص ما .
1: الكتب 2: المجلات 3: الإسعافات الأولية

10: عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .
1: الغلي 2: التجفيف 3: السلق

11:يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائي .

1:التليفزيون 2:الشرطة 3:حماية المستهلك

12:يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....

1:الدهنية 2:الزجاجية 3:المحلية

13:يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....

1:حرارية 2:حافظة 3:طبيعية

14:عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....

1:شخص مسن 2:شخص بالغ 3:طفل صغير

15:وضعية الإفاقة تساعد الشخص إذا كان .... ولكنه يتنفس .

1:مصاباً بالصداع 2:مكسور القدم 3:فاقد الوعي

16:يصنع .... من اللبن .

1:العصير 2:الجبن 3:السكر

17:يعتبر .... من المواد الحافظة للطعام .

1:الزبادي 2:الكبريتيك 3:الحديد

18:يتم إضافة .... للألبان وهو يعتبر مادة قوية قد تكون ضارة .

1:الفورمالين 2:الثلج 3:النشا

19:يعد التمليح أحد طرق حفظ ....

1:الطعام 2:الحلوى 3:الكتب

20:يجب وضع .... لتهوية الغرفة اثناء الطلاء .

1:سخان 2:مروحة 3:فرن



21:من طرق حفظ الطعام ....
1:التجميد 2:التمليح 3:كل ما سبق

22:يكون المنتج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العلبة يحتوي على ....
1:سكر زيادة 2:فقاعات ورائحة حادة 3:سائل شفاف

23:يرسل مفتشين إلى المصانع للتأكد من صحة تاريخ الصلاحية:
1:جهاز التعبئة العامة والإحصاء 2:جهاز حماية المستهلك
3:جهاز البنك المركزي

24:جميع أشكال التجفيف تحتاج إلى ....
1:درجة حرارة مرتفعة 2:مجفف الشعر 3:درجة حرارة منخفضة

25:يمكن استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام .
1:الحافظة 2:السكرية 3:المالحة

26:يجب ارتداء نظارات واقية عند الطلاء لتجنب .... المتناثرة .
1:نشارة الخشب 2:السوائل والالوان 3:العصير الطبيعي

27:يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء .
1:مفتوحة 2:مكيفة 3:ملونة

28:عند استخدام الشاكوش يجب الدق على المسمار واليد
1:قريبة 2:بعيدة 3:ناعمة

29:لتفادي المخاطر عند العمل بالنجارة ....
1:ارتداء نظارات واقية للعين 2:ارتداء نظارات الشمس
3:ارتداء القفازات

30:يجب وضع .... لتهوية الغرفة عند الطلاء .
1:الثلاجة 2:مروحة 3:معطر جو

31:وضعية الافاقة تساعد الشخص اذا كان .... ولكنه يتنفس .
1:جائع 2:فاقد للوعي 3:ينزف

32:يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف .
1:123 2:122 3:124

33:من الخطوات التي يجب اتباعها لوقف النزيف ....
1:تضميد الجرح 2:تنظيف الجرح 3:كل ما سبق

34:استخدام .... الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .
1:حقيبة السفر 2:حقيبة الاسعافات 3:حقيبة المدرسة

35:التحقق من نوع الاصابة يسمى ....
1:تقييم الوضع 2:تقييم الحساب 3:تقييم العمل

2 ضع علامة صح أو خطأ:

1:يتم اضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج . ( )

2:نجد في الشراب الطبيعي المعلب قطعاً من الفاكهة . ( )

3:الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية . ( )

4:النكهات الصناعية أغلى ثمناً من العصير الطبيعي . ( )

5:العصير النقي الطازج عبارة عن (ماء - سكر - لون صناعي - نكهة صناعية - مواد حافظة) . ( )

6:غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العمال ضرورية لحماية المنتج . ( )

7:عدم ترك العصير المنسكب على الأرض أحد احتياطات السلامة في المصنع . ( )

8:لابد من تسخين العصير لقتل الميكروبات . ( )

9:من خطوات تحضير وتجهيز الشراب المعلب غسل الفاكهة جيداً . ( )

10:يجب أن توضع أغطية الزجاجات بإحكام لتجنب التلوث . ( )

11:يدخل اللبن في صناعة العديد من المنتجات مثل الزبادي . ( )

12:اللبن من المنتجات التي يسهل غشها . ( )

13:وجود الرواسب المتجمدة بعد غلي اللبن تدل على أن اللبن طازج . ( )



14:تعتبر مصر من أصغر منتجي اللبن الجاموسي في العالم . ( )

15:تناول كوب من اللبن يومياً يساعد على النمو . ( )

16:يجب أن يحفظ الطعام بشكل سليم . ( )

17:تقوم المصانع فقط بحفظ الطعام . ( )

18:المواد الحافظة لزيادة نسبة العناصر الغذائية . ( )

19:من الاخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام نمو البكتيريا . ( )

20:من طرق حفظ الطعام تناوله بسرعة . ( )

21:يمكن استخدام الادوات الكهربائية بالقرب من الماء .( )

22:لابد من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء . ( )

23:يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء . ( )

24:ارتداء نظارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب.( )

25:السوائل أو الالوان المتناثرة أثناء عملية الطلاء يمكن أن تؤذي العين . ( )

26:يجب التخطيط للتدخل عند اصابة شخص بإصابة خطيرة . ( )

27:لا يمكن علاج الجروح الطفيفة إلا بالذهاب إلى المستشفى . ( )

28:تنظيف الجرح من أساسيات وقف النزيف . ( )

29:لابد من تنظيف الجرح الذي ينزف قبل تضميده . ( )

30: في حالة خطورة الاصابة يجب الاتصال بالشرطة . (   )

31: الدكتور محمد احمد غنيم عالم امريكي الجنسية . (   )

32: اجتهد الدكتور محمد غنيم في دراسته وأحب دراسة الطب . (   )

33: تخرج الدكتور محمد غنيم من كلية الطب جامعة كاليفورنيا. (   )

34: درس الدكتور محمد غنيم الجراحة العامة وتخصص في جراحة الجهاز الهضمي . (   )

35: قام الدكتور غنيم بالعمل والدراسة في مراكز طبية وجامعات مختلفة . (   )

36: السيدة لويز هي طاهية ومزارعة ورائدة أعمال . (   )

37: يشمل النظام الغذائي الصحي تقليل معدل استهلاك الملح والسكر والافراط في تناول الدهون . (   )

38: الاصابة بارتفاع ضغط الدم نتيجة الافراط في تناول السكريات والحلويات . (   )

39: الإفراط في تناول الطعام يؤدي الى زيادة الوزن والسمنة . (   )

40: يجب علينا ممارسة نشاط بدني للحفاظ على صحتنا . (   )

3 صل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

(أ)	(ب)
1: عصير نقي طازج	أ: الجبن .
2: من منتجات الالبان	ب: التجفيف .
3: مادة حافظة	جـ: يحتوي على اجزاء من الفاكهة .
4: من طرق حفظ الطعام	د: الكحول.
5: من وسائل تنظيف الجرح	هـ: النتريت .

الاختبار 1

1 اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

1: يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .
(1): اللحوم (2): اللبن (3): الخضار
2: المنتج الغذائي يكون .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات .
(1): نظيفاً (2): طازجاً (3): غير صحي
3: يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .
(1): النشا (2): الفورمالين (3): الماء
4: عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .
(1): الغلي (2): التجفيف (3): السلق
5: يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائي .
(1): التليفزيون (2): الشرطة (3): حماية المستهلك
6: يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....
(1): الدهنية (2): الزجاجية (3): المحلية
7: يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....
(1): حرارية (2): حافظة (3): طبيعية
8: من الخطوات التي يجب اتباعها لوقف النزيف ....
(1): تضميد الجرح (2): تنظيف الجرح (3): كل ما سبق
9: استخدام .... الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .
(1): حقيبة السفر (2): حقيبة الاسعافات (3): حقيبة المدرسة
10: التحقق من نوع الاصابة يسمى ....
(1): تقييم الوضع (2): تقييم الحساب (3): تقييم العمل
11: من طرق حفظ الطعام ....
(1): التجميد (2): التمليح (3): كل ما سبق
12: يكون المنتج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العلبة يحتوي على ....
(1): سكر زيادة (2): فقاعات ورائحة حادة (3): سائل شفاف
13: عند استخدام الشاكوش يجب الدق على المسمار واليد
(1): قريبة (2): بعيدة (3): ناعمة
14: لتفادي المخاطر عند العمل بالنجارة ....
(1): ارتداء نظارات واقية للعين (2): ارتداء نظارات الشمس
(3): ارتداء القفازات
15: يجب وضع .... لتهوية الغرفة عند الطلاء .
(1): الثلاجة (2): مروحة (3): معطر جو

الاختبار 2

1 اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

1: الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في ....
1: زيادة الكمية 2: نمو البكتيريا 3: زيادة الجودة

2: يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ............................ .
1: رفع الأثقال 2: أعمال النجارة 3: شرب الماء

3: يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....
1: حرارية 2: حافظة 3: طبيعية

4: عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....
1: شخص مسن 2: شخص بالغ 3: طفل صغير

5: يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف .
1: 123 2: 122 3: 124

2 ضع علامة صح أو خطأ:

1: نجد في الشراب الطبيعي المعلب قطعاً من الفاكهة . ( )
2: الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية . ( )
3: الدكتور محمد احمد غنيم عالم امريكي الجنسية . ( )
4: يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء . ( )
5: ارتداء نظارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. ( )

3 صل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

(أ)	(ب)
1: عصير نقي طازج	أ: الجبن .
2: من منتجات الالبان	ب: التجفيف .
3: مادة حافظة	جـ: يحتوي على اجزاء من الفاكهة .
4: من طرق حفظ الطعام	د: الكحول.
5: من وسائل تنظيف الجرح	هـ: النتريت .

بنك أسئلة على مقرر شهر مارس

1 اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

1: يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .
1: اللحوم 2: اللبن 3: الخضار

2: المنتج الغذائي يكون .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات .
1: نظيفاً 2: طازجاً 3: غير صحي

3: يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء .
1: مفتوحة 2: مدهونة 3: مغلقة

4: يجب التأكد من .... للتأكد من أن اللبن سليم وطازج .
1: اسم المنتج 2: اسم الشركة 3: تاريخ الصلاحية

5: الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في ....
1: زيادة الكمية 2: نمو البكتيريا 3: زيادة الجودة

6: يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ............................. .
1: رفع الأثقال 2: أعمال النجارة 3: شرب الماء

7: عند تحضير العصير الطبيعي يجب أولاً .... الفاكهة .
1: غسل 2: تسخين 3: أكل

8: يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .
1: النشا 2: الفورمالين 3: الماء

9: يجب استخدام .... عند إصابة شخص ما .
1: الكتب 2: المجلات 3: الإسعافات الأولية

10: عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .
1: الغلي 2: التجفيف 3: السلق

11:يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائي .

1:التليفزيون 2:الشرطة 3:**حماية المستهلك**

12:يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....

1:**الدهنية** 2:الزجاجية 3:المحلية

13:يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....

1:حرارية 2:**حافظة** 3:طبيعية

14:عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....

1:شخص مسن 2:**شخص بالغ** 3:طفل صغير

15:وضعية الإفاقة تساعد الشخص إذا كان .... ولكنه يتنفس .

1:مصاباً بالصداع 2:مكسور القدم 3:**فاقد الوعي**

16:يصنع .... من اللبن .

1:العصير 2:**الجبن** 3:السكر

17:يعتبر .... من المواد الحافظة للطعام .

1:الزبادي 2:**الكبريتيك** 3:الحديد

18:يتم إضافة .... للألبان وهو يعتبر مادة قوية قد تكون ضارة .

1:**الفورمالين** 2:الثلج 3:النشا

19:يعد التمليح أحد طرق حفظ ....

1:**الطعام** 2:الحلوى 3:الكتب

20:يجب وضع .... لتهوية الغرفة اثناء الطلاء .

1:سخان 2:**مروحة** 3:فرن



21:من طرق حفظ الطعام ....
1:التجميد 2:التمليح 3:كل ما سبق

22:يكون المنتج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العلبة يحتوي على ....
1:سكر زيادة 2:فقاعات ورائحة حادة 3:سائل شفاف

23:يرسل مفتشين إلى المصانع للتأكد من صحة تاريخ الصلاحية:
1:جهاز التعبئة العامة والإحصاء 2:جهاز حماية المستهلك
3:جهاز البنك المركزي

24:جميع أشكال التجفيف تحتاج إلى ....
1:درجة حرارة مرتفعة 2:مجفف الشعر 3:درجة حرارة منخفضة

25:يمكن استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام .
1:الحافظة 2:السكرية 3:المالحة

26:يجب ارتداء نظارات واقية عند الطلاء لتجنب .... المتناثرة .
1:نشارة الخشب 2:السوائل والالوان 3:العصير الطبيعي

27:يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء .
1:مفتوحة 2:مكيفة 3:ملونة

28:عند استخدام الشاكوش يجب الدق على المسمار واليد
1:قريبة 2:بعيدة 3:ناعمة

29:لتفادي المخاطر عند العمل بالنجارة ....
1:ارتداء نظارات واقية للعين 2:ارتداء نظارات الشمس
3:ارتداء القفازات

30:يجب وضع .... لتهوية الغرفة عند الطلاء .
1:الثلاجة 2:مروحة 3:معطر جو

31: وضعية الافاقة تساعد الشخص اذا كان .... ولكنه يتنفس .

1: جائع 2: فاقد للوعي 3: ينزف

32: يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف .

1: 123 2: 122 3: 124

33: من الخطوات التي يجب اتباعها لوقف النزيف ....

1: تضميد الجرح 2: تنظيف الجرح 3: كل ما سبق

34: استخدام .... الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .

1: حقيبة السفر 2: حقيبة الاسعافات 3: حقيبة المدرسة

35: التحقق من نوع الاصابة يسمى ....

1: تقييم الوضع 2: تقييم الحساب 3: تقييم العمل

2 ضع علامة صح أو خطأ:

1:يتم اضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج . (✗)

2:نجد في الشراب الطبيعي المعلب قطعاً من الفاكهة . (✗)

3:الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية . (✓)

4:النكهات الصناعية أغلى ثمناً من العصير الطبيعي . (✗)

5:العصير النقي الطازج عبارة عن (ماء - سكر - لون صناعي - نكهة صناعية - مواد حافظة) . (✗)

6:غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العمال ضرورية لحماية المنتج . (✓)

7:عدم ترك العصير المنسكب على الأرض أحد احتياطات السلامة في المصنع . (✓)

8:لابد من تسخين العصير لقتل الميكروبات . (✓)

9:من خطوات تحضير وتجهيز الشراب المعلب غسل الفاكهة جيداً . (✓)

10:يجب أن توضع أغطية الزجاجات بإحكام لتجنب التلوث . (✓)

11:يدخل اللبن في صناعة العديد من المنتجات مثل الزبادي . (✓)



12:اللبن من المنتجات التي يسهل غشها . (✓)

13:وجود الرواسب المتجمدة بعد غلي اللبن تدل على أن اللبن طازج . (✗)



14:تعتبر مصر من أصغر منتجي اللبن الجاموسي في العالم. (✗)

15:تناول كوب من اللبن يومياً يساعد على النمو. (✓)

16:يجب أن يحفظ الطعام بشكل سليم. (✓)

17:تقوم المصانع فقط بحفظ الطعام. (✗)

18:المواد الحافظة لزيادة نسبة العناصر الغذائية. (✗)

19:من الاخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام نمو البكتيريا. (✓)

20:من طرق حفظ الطعام تناوله بسرعة. (✗)

21:يمكن استخدام الادوات الكهربائية بالقرب من الماء. (✗)

22:لابد من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. (✓)

23:يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء. (✗)

24:ارتداء نظارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. (✓)

25:السوائل أو الالوان المتناثرة أثناء عملية الطلاء يمكن أن تؤذي العين. (✓)

26:يجب التخطيط للتدخل عند اصابة شخص بإصابة خطيرة. (✓)

27:لا يمكن علاج الجروح الطفيفة إلا بالذهاب إلى المستشفى. (✗)

28:تنظيف الجرح من أساسيات وقف النزيف. (✓)

29:لابد من تنظيف الجرح الذي ينزف قبل تضميده. (✓)



30: في حالة خطورة الاصابة يجب الاتصال بالشرطة . (✗)

31: الدكتور محمد احمد غنيم عالم امريكي الجنسية . (✗)

32: اجتهد الدكتور محمد غنيم في دراسته وأحب دراسة الطب . (✓)

33: تخرج الدكتور محمد غنيم من كلية الطب جامعة كاليفورنيا. (✗)

34: درس الدكتور محمد غنيم الجراحة العامة وتخصص في جراحة الجهاز الهضمي . (✗)

35: قام الدكتور غنيم بالعمل والدراسة في مراكز طبية وجامعات مختلفة . (✓)

36: السيدة لويز هي طاهية ومزارعة ورائدة أعمال . (✓)

37: يشمل النظام الغذائي الصحي تقليل معدل استهلاك الملح والسكر والافراط في تناول الدهون . (✗)

38: الاصابة بارتفاع ضغط الدم نتيجة الافراط في تناول السكريات والحلويات . (✗)

39: الإفراط في تناول الطعام يؤدي الى زيادة الوزن والسمنة . (✓)

40: يجب علينا ممارسة نشاط بدني للحفاظ على صحتنا . (✓)

3 صل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

(أ)	(ب)
1: عصير نقي طازج	أ: الجبن .
2: من منتجات الالبان	ب: التجفيف .
3: مادة حافظة	جـ: يحتوي على اجزاء من الفاكهة .
4: من طرق حفظ الطعام	د: الكحول.
5: من وسائل تنظيف الجرح	هـ: النتريت .

الاختبار 1

1 اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

1: يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .
1: اللحوم 2: اللبن 3: الخضار

2: المنتج الغذائي يكون .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات .
1: نظيفاً 2: طازجاً 3: غير صحي

3: يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .
1: النشا 2: الفورمالين 3: الماء

4: عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .
1: الغلي 2: التجفيف 3: السلق

5: يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائي .
1: التليفزيون 2: الشرطة 3: حماية المستهلك

6: يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....
1: الدهنية 2: الزجاجية 3: المحلية

7: يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....
1: حرارية 2: حافظة 3: طبيعية

8: من الخطوات التي يجب اتباعها لوقف النزيف ....
1: تضميد الجرح 2: تنظيف الجرح 3: كل ما سبق

9: استخدام .... الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .
1: حقيبة السفر 2: حقيبة الاسعافات 3: حقيبة المدرسة

10: التحقق من نوع الاصابة يسمى ....
1: تقييم الوضع 2: تقييم الحساب 3: تقييم العمل

11: من طرق حفظ الطعام ....
1: التجميد 2: التمليح 3: كل ما سبق

12: يكون المنتج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العلبة يحتوي على ....
1: سكر زيادة 2: فقاعات ورائحة حادة 3: سائل شفاف

13: عند استخدام الشاكوش يجب الدق على المسمار واليد
1: قريبة 2: بعيدة 3: ناعمة

14: لتفادي المخاطر عند العمل بالنجارة ....
1: ارتداء نظارات واقية للعين 2: ارتداء نظارات الشمس
3: ارتداء القفازات

15: يجب وضع .... لتهوية الغرفة عند الطلاء .
1: الثلاجة 2: مروحة 3: معطر جو

الاختبار 2

1 اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

1:الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في ....
1:زيادة الكمية   2:نمو البكتيريا   3:زيادة الجودة

2:يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ...............................
1:رفع الأثقال   2:أعمال النجارة   3:شرب الماء

3:يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....
1:حرارية   2:حافظة   3:طبيعية

4:عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ...............................
1:شخص مسن   2:شخص بالغ   3:طفل صغير

5:يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف.
1:123   2:122   3:124

2 ضع علامة صح أو خطأ:

1:نجد في الشراب الطبيعي المعلب قطعاً من الفاكهة. (✗)
2:الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية. (✓)
3:الدكتور محمد احمد غنيم عالم امريكي الجنسية. (✗)
4:يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء. (✗)
5:ارتداء نظارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. (✓)

3 صل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

(أ)	(ب)
1:عصير نقي طازج	أ:الجبن.
2:من منتجات الالبان	ب:التجفيف.
3:مادة حافظة	جـ:يحتوي على اجزاء من الفاكهة.
4:من طرق حفظ الطعام	د:الكحول.
5:من وسائل تنظيف الجرح	هـ:النتريت.

الصف الخامس الابتدائي	اختبار شهر مارس الاختبار الثاني نموذج ١	إدارة .... التعليمية
.... ١٥	مادة المهارات المهنية	مدرسة ....
	اسم الطالب :	

أختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- من أنواع عصائر البرتقال .

أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٢- مصنوع من مزج الفاكهة أو عصير الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر.

أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٣- مصنوع من مادة ملونة صحية ونكهة صناعية .

أ- اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- اللُب

٤- أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب هي ....

أ- تُغسل الفاكهة جيدا. ب- هرس الفاكهة ج- تسخين العصير

٥- في .... يُضاف إلي العصير الماء والسكر.

أ- مرحلة التعبئة ب- مرحلة الاختبار ج- مرحلة العصر

٦- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي.

أ- اللبن ب- العصير الصناعي ج- الوجبات السريعة

٧- يحتوي اللبن على نسبة عالية من

أ- العناصر الغذائية والدهون ب- البروتين والفيتامينات ج- جميع ما سبق

٨- تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل ....

أ- التجفيف والتجميد ب- البسترة والتعليب ج- جميع ما سبق

٩- تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول

أ- المواد الحافظة ب- النكهات ج- السكر

١٠- يجب أن تكون النوافذ عند القيام بعمليه الطلاء

أ- مغطاة ب- مفتوحة ج- مغلقة

١١- يجب استخدام النظارات الواقيه عند القيام بـ ....

أ-عمل العصائر ب- اعمال النجارة ج- الطهي

١٢- استمر في .... المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .

أ- قياس الحرارة ب- الضغط على الجرح ج- جس نبض

١٣- اذا كان الشخص فاقدا للوعى ولكنه يتنفس فوضعيه .... ستساعده على التنفس

أ- الافاقه ب- نصف جلوس ج- الجانبيه

١٤- هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ- جراحة المسالك البولية ب- جراحة القلب ج- جراحة الكبد

١٥- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ- امراض السكر ب- امراض القلب ج- امراض العظام

الصف الخامس الابتدائي	اختبار شهر مارس الاختبار الثاني نموذج ١	إدارة .... التعليمية
....	مادة المهارات المهنية	مدرسة ....
١٥	اسم الطالب :	

أختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- من أنواع عصائر البرتقال .

أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٢- مصنوع من مزج الفاكهة أو عصير الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر.

أ- العصائر الطبيعية . ب- العصائر الصناعية. ج- كلاهما

٣- مصنوع من مادة ملونة صحية ونكهة صناعية .

أ- اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- اللُب

٤- أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب هي ....

أ- تُغسل الفاكهة جيدا. ب- هرس الفاكهة ج- تسخين العصير

٥- في .... يُضاف إلي العصير الماء والسكر.

أ- مرحلة التعبئة ب- مرحلة الاختبار ج- مرحلة العصر

٦- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي.

أ- اللبن ب- العصير الصناعي ج- الوجبات السريعة

٧- يحتوي اللبن على نسبة عالية من

أ- العناصر الغذائية والدهون ب- البروتين والفيتامينات ج- جميع ما سبق

٨- تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل ....

أ- التجفيف والتجميد ب- البسترة والتعليب ج- جميع ما سبق

٩- تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول

أ- المواد الحافظة ب- النكهات ج- السكر

١٠- يجب أن تكون النوافذ عند القيام بعمليه الطلاء

أ- مغطاة ب- مفتوحة ج- مغلقة

١١- يجب استخدام النظارات الواقيه عند القيام بـ ....

أ-عمل العصائر ب- اعمال النجارة ج- الطهي

١٢- استمر في .... المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .

أ- قياس الحرارة ب- الضغط على الجرح ج- جس نبض

١٣- اذا كان الشخص فاقدا للوعى ولكنه يتنفس فوضعيه .... ستساعده على التنفس

أ- الافاقه ب- نصف جلوس ج- الجانبيه

١٤- هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ- جراحة المسالك البولية ب- جراحة القلب ج- جراحة الكبد

١٥- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ- امراض السكر ب- امراض القلب ج- امراض العظام

الخوارزمى بلال نصر

الصف الخامس الابتدائي	اختبار شهر مارس الاختبار الثاني نموذج ٢	إدارة .... التعليمية
....	مادة المهارات المهنية	مدرسة ....
١٥	اسم الطالب :	

أختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- تعد أرخص ثمنًا من العصيرالطبيعي.

اللون الصناعي　　ب- المواد الحافظة　　ج- النكهة الصناعية

٢- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهه هو الشراب ....

أ- الطبيعي المعلب　　ب- الطبيعي الطازج　　ج- الصناعي - الفاسد

٣- الشراب .... مذاقه كمذاق الفاكهه المصنوع منها ولكنه ليس طازجا

أ- الصناعي الفاتح　　ب- الطبيعي المعلب　　ج- الطبيعي الطازج

٤- تتسبب .... الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها

أ- المادة الحافظة　　ب- النكهة　　ج- الميكروبات

٥- العمال يرتدون .... لحماية المنتج من التلوث

أ- غطاء الشعر　　ب- قفازات　　ج- كلاهما

٦- يمكن الحصول على اللبن من ....

أ- الابقار　　ب- الدجاج　　ج- الأرانب

٧- يتم اضافه .... للالبان وهو يعتبر مادة حافظه قويه قد تكون ضارة

أ- النشا　　ب- الثلج　　ج- الفورمالين

٨- يعد التمليح احد طرق حفظ ....

أ- الطعام　　ب- الكتب　　ج- اللبن

٩- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام

أ- الحافظة　　ب- السكريه　　ج- الصلبه

١٠- إذا كانت الأدوات .... اطلب المساعدة من شخص بالغ.

أ- خفيفة　　ب- ثقيلة　　ج- عادية

١١- من الأدوات الكهربائية التي تستخدمها .... وأدوات الصنفرة.

أ- المثقاب　　ب- الشاكوش　　ج- الكماشة

١٢- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة ورفع الطرف المجروح ثم تنظف الجرح وتضميده تستخدم لـ ..

أ- علاج المرض　　ب- إيقاف النزيف　　ج- افاقة المريض

١٣- يتم وضع الشخص .... في وضعيه الافاقه

أ- فاقد الوعى ولكنه يتنفس　　ب- المصاب بنزيف　　ج- فاقد الوعى ولا يتنفس

١٤- هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ- جراحة المسالك البولية　　ب- جراحة القلب　　ج- جراحة الكبد

١٥- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ- امراض السكر　　ب- امراض القلب　　ج- امراض العظام

إدارة .... التعليمية	اختبار شهر مارس الاختبار الثاني نموذج ٢	الصف الخامس الابتدائي
مدرسة	مادة المهارات المهنية	....
اسم الطالب :		١٥

أختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

١- تعد أرخص ثمنًا من العصير الطبيعي.

اللون الصناعي ب- المواد الحافظة ج- النكهة الصناعية

٢- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهه هو الشراب ....

أ- الطبيعي المعلب ب- الطبيعي الطازج ج- الصناعي - الفاسد

٣- الشراب .... مذاقه كمذاق الفاكهه المصنوع منها ولكنه ليس طازجا

أ- الصناعي الفاتح ب- الطبيعي المعلب ج- الطبيعي الطازج

٤- تتسبب .... الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها

أ- المادة الحافظة ب- النكهة ج- الميكروبات

٥- العمال يرتدون .... لحماية المنتج من التلوث

أ- غطاء الشعر ب- قفازات ج- كلاهما

٦- يمكن الحصول على اللبن من ....

أ- الابقار ب- الدجاج ج- الأرانب

٧- يتم اضافه .... للالبان وهو يعتبر مادة حافظه قويه قد تكون ضارة

أ- النشا ب- الثلج ج- الفورمالين

٨- يعد التمليح احد طرق حفظ ....

أ- الطعام ب- الكتب ج- اللبن

٩- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام

أ- الحافظة ب- السكريه ج- الصلبه

١٠- إذا كانت الأدوات .... اطلب المساعدة من شخص بالغ.

أ- خفيفة ب- ثقيلة ج- عادية

١١- من الأدوات الكهربائية التي تستخدمها .... وأدوات الصنفرة.

أ- المثقاب ب- الشاكوش ج- الكماشة

١٢- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة ورفع الطرف المجروح ثم تنظف الجرح وتضميده تستخدم لـ ......

أ- علاج المرض ب- إيقاف النزيف ج- افاقة المريض

١٣- يتم وضع الشخص .... في وضعيه الافاقه

أ- فاقد الوعي ولكنه يتنفس ب- المصاب بنزيف ج- فاقد الوعى ولا يتنفس

١٤- هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي

أ- جراحة المسالك البولية ب- جراحة القلب ج- جراحة الكبد

١٥- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة ....

أ- امراض السكر ب- امراض القلب ج- امراض العظام

الخوارزمي بلال نصر

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (1)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : -

1. يصنع .... من اللبن .

(أ) السكر (ب) الماء (ج) العصير (د) الجبن

2. يعتبر .... من المواد الحافظة للطعام .

(أ) الزبادى (ب) الكبريتيك (ج) الفوسفات (د) الحديد

3. يتم إضافة .... للألبان وهو يعتبر مادة قوية قد تكون ضارة .

(أ) النشا (ب) الفو رمالين (ج) الزبادى (د) الثلج

4. يعد التمليح أحد طرق حفظ ....

(أ) الطعام (ب) الكتب (ج) الحلوى (د) الورق

5. يجب وضع .... لتهوية الغرفة أثناء الطلاء .

(أ) فرن (ب) سخان (ج) مروحة (د) الماء

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (2)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : --

1. يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائى .

(أ) التليفزيون (ب) الشرطة (ج) المحامين (د) حماية المستهلك

2. يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....

(أ) الدهنية (ب) الزجاجية (ج) الملحية (د) الصلبة

3. يتكون الشراب الصناعى من ماء وسكر ومواد ....

(أ) طبيعية (ب) حرارية (ج) حافظة (د) لاصقة

4. عند حمل الآلات الحاده الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـــ ....

(أ) شخص مسن (ب) شخص بالغ (ج) طفل صغير (د) الأقلام

5. وضعية الإفاقة تساعد الشخص إذا كان .... ولكنه يتنفس .

(أ) مصاباً بالصداع (ب) مكسور القدم (ج) مكسور اليد (د) فاقد الوعى

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (3)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : --

1. يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـــ ....

(أ) الجرى (ب) شرب الماء(ج) رفع الاثقال (د) أعمال النجارة

2. عند تحضير العصير الطبيعى يجب أولاً .... الفاكهة .

(أ) غسل (ب) غلى (ج) تسخين (د) أكل

3. يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .

(أ) النشا (ب) الفورمالين (ج) الماء (د) القمر

4. يجب استخدام .... عند إصابة شخص ما .

(أ) الكراسى (ب) الكتب (ج) المجلات (د) الإسعافات الأولية

5. عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .

(أ) الغلى (ب) السلق (ج) التجفيف (د) التمليح

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (4)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : --

1. يدخل .... فى صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .

(أ) اللحوم (ب) اللبن (ج) السمك (د) الخضار

2. المنتج الغذائى يكون .... إذا أحتوى السائل الموجود به على فقاعات .

(أ) نظيفاً (ب) طازجاً (ج) صحي (د) غير صحى

3. يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء .

(أ) مفتوحة (ب) مغطاة (ج) مغلقة (د) مدهونة

4. يجب التأكد من .... للتأكد من أن اللبن سليم وطازج .

(أ) السعر (ب) اسم المنتج (ج)اسم الشركة (د) تاريخ الصلاحية

5. الأخطاء التى تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب فى ....

(أ) زيادة الجودة (ب) زيادة الكمية (ج) نمو البكتيريا (د)غلو ثمنها

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (1)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : -

1. يصنع .... من اللبن .

(أ) السكر (ب) الماء (ج) العصير (د) الجبن

2. يعتبر .... من المواد الحافظة للطعام .

(أ) الزبادى (ب) الكبريتيك (ج) الفوسفات (د) الحديد

3. يتم إضافة .... للألبان وهو يعتبر مادة قوية قد تكون ضارة .

(أ) النشا (ب) الفورمالين (ج) الزبادى (د) الثلج

4. يعد التمليح أحد طرق حفظ ....

(أ) الطعام (ب) الكتب (ج) الحلوى (د) الورق

5. يجب وضع .... لتهوية الغرفة أثناء الطلاء .

(أ) فرن (ب) سخان (ج) مروحة (د) الماء

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (2)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : --

1. يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائى .

(أ) التليفزيون (ب) الشرطة (ج) المحامين (د) حماية المستهلك

2. يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....

(أ) الدهنية (ب) الزجاجية (ج) الملحية (د) الصلبة

3. يتكون الشراب الصناعى من ماء وسكر ومواد ....

(أ) طبيعية (ب) حرارية (ج) حافظة (د) لاصقة

4. عند حمل الآلات الحاده الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـــ ....

(أ) شخص مسن (ب) شخص بالغ (ج) طفل صغير (د) الأقلام

5. وضعية الإفاقة تساعد الشخص إذا كان .... ولكنه يتنفس .

(أ) مصاباً بالصداع (ب) مكسور القدم (ج) مكسور اليد (د) فاقد الوعى

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (3)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : --

1. يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـــ ....

(أ) الجرى (ب) شرب الماء(ج)رفع الاثقال (د) أعمال النجارة

2. عند تحضير العصير الطبيعى يجب أولاً .... الفاكهة .

(أ) غسل (ب) غلى (ج) تسخين (د) أكل

3. يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .

(أ) النشا (ب) الفور مالين (ج) الماء (د) القمر

4. يجب استخدام .... عند إصابة شخص ما .

(أ) الكراسى (ب) الكتب (ج) المجلات (د) الإسعافات الأولية

5. عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .

(أ) الغلى (ب) السلق (ج) التجفيف (د) التمليح

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

محافظة .... امتحان شهر مارس 2023 / 2024

إدارة .... التعليمية **المهارات المهنية** الصف الخامس الابتدائى

مدرسة ....

نموذج (4)

اختر الاجابة الصحيحة من بين الاجابات المعطاة : --

1. يدخل .... فى صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .

(أ) اللحوم (ب) اللبن (ج) السمك (د) الخضار

2. المنتج الغذائى يكون .... إذا أحتوى السائل الموجود به على فقاعات .

(أ) نظيفاً (ب) طازجاً (ج) صحي (د) غير صحى

3. يجب أن تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء .

(أ) مفتوحة (ب) مغطاة (ج) مغلقة (د) مدهونة

4. يجب التأكد من .... للتأكد من أن اللبن سليم وطازج .

(أ) السعر (ب) اسم المنتج (ج)اسم الشركة (د) تاريخ الصلاحية

5. الأخطاء التى تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب فى ....

(أ) زيادة الجودة (ب) زيادة الكمية (ج) نمو البكتيريا (د)غلو ثمنها

أسم الطالب / ....

الفصل / ....

إدارة .... مدرسة ....

اسم التلميذ: .... فصل :............

اختبار الصف الخامس مهارات مهنية شهر مارس ٢٠٢٤م

السؤال الأول:- ضع علامة(√) أو علامة (×) أمام العبارات الآتية:

(١)- يجب التأكد من تاريخ صلاحية الأطعمة وخاصة الألبان. (   ).

(٢)- يجب الحذر عند استخدام الشاكوش. (   ).

(٣)- عملية تجفيف الطعام في الفرن يحتاج إلى درجة حرارة منخفضة. (   ).

(٤)- يجب على العمال التعامل مع الأجهزة الكهربائية بطريقة آمنة. (   ).

(٥)- الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تؤدي إلى زيادة جودته. (   ).

السؤال الثاني:- اختر الصواب من بين الأقواس:-

(١)- يُعد التمليح من طرق حفظ ....

(الحلوى- الورق – الطعام).

(٢)- يجب وضع .... في الغرفة للتهوية عند القيام بالطلاء.

(سخان- مروحة – مدفأة).

(٣)- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة من خطوات ....

(علاج الصداع – إيقاف النزيف- إفاقة المريض).

(٤)- تضيف المصانع المواد الحافظة للطعام مثل.........................

(حمض الستريك – الخل – الماء).

(٥)- يتم استخدام النظارات الواقية عند القيام ب.................

(شرب الماء – عمل العصير – أعمال النجارة).

محافظة: مادة:المهارات المهنية

إدارة: الصف:الخامس الابتدائي

توجيه:

نموذج ١ لاختبارات شهر مارس لمادة المهارات المهنية ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤

اختر الاجابة الصحيحة مما بين القوسين:

١:يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن . (اللحوم - اللبن - الخضار)

٢:المنتج الغذائي يكون .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات .
(نظيفاً - طازجاً - غير صحي)

٣:يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .(النشا - الفورمالين - الماء)

٤:عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة .
(الغلي - التجفيف - السلق)

٥:يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصانع للتحقق من سلامة المنتج الغذائي .
(التليفزيون - الشرطة - حماية المستهلك)

٦:يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانساً بعد نزع المواد ....
(الدهنية - الزجاجية - المحلية)

٧:يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....
(حرارية - حافظة - طبيعية)

٨:من الخطوات التي يجب اتباعها لوقف النزيف ....
(تضميد الجرح - تنظيف الجرح - كل ما سبق)

٩:استخدام .... الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .
(حقيبة السفر - حقيبة الاسعافات - حقيبة المدرسة)

١٠:التحقق من نوع الاصابة يسمى ....
(تقييم الوضع - تقييم الحساب - تقييم العمل)

١١:من طرق حفظ الطعام ....
(التجميد - التمليح - كل ما سبق)

١٢:يكون المنتج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العلبة يحتوي على ....
(سكر زيادة - فقاعات ورائحة حادة - سائل شفاف)

١٣:عند استخدام الشاكوش يجب الدق على المسمار واليد ....(قريبة - بعيدة - ناعمة)

١٤:لتفادي المخاطر عند العمل بالنجارة ....
(ارتداء نظارات واقية للعين - ارتداء نظارات الشمس - ارتداء القفازات)

١٥:يجب وضع .... لتهوية الغرفة عند الطلاء .
(الثلاجة - مروحة - معطر جو)

ا/الميار نصر الدين
كتاب افهم وتعلم

انتهت الاسئلة

اسم الطالب:...

الفصل:...

المدرسة:...

محافظة: مادة:المهارات المهنية
إدارة: الصف:الخامس الابتدائي
توجيه:

نموذج ٢ لاختبارات شهر مارس لمادة المهارات المهنية ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤

اختر الاجابة الصحيحة مما بين القوسين:

١:الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في ....
(زيادة الكمية - نمو البكتيريا - زيادة الجودة)

٢:يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ ....
(رفع الأثقال - أعمال النجارة - شرب الماء)

٣:يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر و مواد ....
(حرارية - حافظة - طبيعية)

٤:عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....
(شخص مسن - شخص بالغ - طفل صغير)

٥:يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف .
(١٢٣-١٢٢-١٢٤)

ضع علامة صح أو خطأ:

١:نجد في الشراب الطبيعي المعلب قطعاً من الفاكهة . (   )
٢:الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية . (   )
٣:الدكتور محمد احمد غنيم عالم امريكي الجنسية . (   )
٤:يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء . (   )
٥:ارتداء نظارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. (   )

صل ما في العمود أ بما يناسبه من العمود ب :

(أ)	(ب)
١:عصير نقي طازج	أ:الجبن .
٢:من منتجات الالبان	ب:التجفيف .
٣:مادة حافظة	جـ:يحتوي على اجزاء من الفاكهة .
٤:من طرق حفظ الطعام	د:الكحول.
٥:من وسائل تنظيف الجرح	هـ:النتريت .

ا/لمياء نصر الدين
كتاب افهم وتعلم

انتهت الاسئلة

اسم الطالب:..
الفصل:..
المدرسة:..